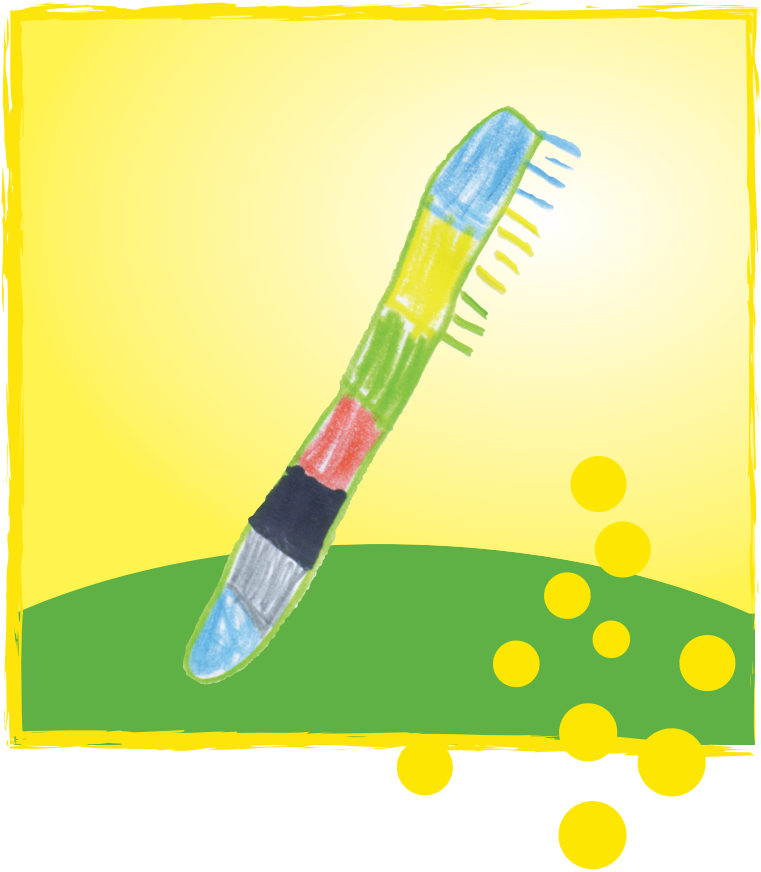
BLZK

Bayerische
LandesZahnärzte
Kammer

Zahnärztlicher Kinderpass



Liebe Eltern,

in diesem Pass finden Sie wichtige Termine für die zahnärztlichen Untersuchungen Ihres Kindes. Er versteht sich als Vorsorgefahrplan und enthält nützliche Informationen zum Zahndurchbruch, zur Zahnpflege, zu Mundhygiene und zu zahngesunder Ernährung sowie Empfehlungen, wie Sie Karies bei Ihrem Kind vorbeugen können.

Wenn Ihr Kind Besonderheiten in der Entwicklung aufweist, sollten die Empfehlungen in diesem Pass individuell angepasst werden. Lassen Sie sich dazu von Ihrem Kinderarzt und Zahnarzt beraten.

Kommen Sie mit Ihrem Kind zu den angegebenen Vorsorgeterminen zum Zahnarzt und bringen Sie den Kinderpass zu jedem Zahnarzttermin mit, damit die Befunde eingetragen und dokumentiert werden können. So helfen Sie, die Zähne Ihres Kindes gesund zu erhalten.

Wir wünschen Ihrem Kind gesunde Zähne – ein Leben lang!

Ihr Zahnarzt

Weitere Informationen zur Mundgesundheit finden Sie auf der Patientenseite der BLZK
www.zahn.de

Foto Ihres Kindes

Name, Vorname

Geburtstag

Straße

PLZ, Ort

Schöne gesunde Zähne wünscht:

Praxisstempel

Untersuchung werdende Mutter

Beginn der Schwangerschaft

Schon während der Schwangerschaft legen Sie den Grundstein für die Mundgesundheit Ihres Kindes.

Es ist wichtig, dass Sie besonders jetzt bei sich auf eine gute Mundgesundheit achten, denn eigene Kariesbakterien werden später auf das Kind übertragen.

Sie machen es richtig, wenn Sie:

- Regelmäßig und gründlich zu Hause Zähne putzen.
- Zur professionellen Zahnreinigung zum Zahnarzt gehen.
- Karies und Zahnfleischerkrankungen behandeln lassen.
- Sich ausgewogen und zahngesund ernähren.

Untersuchung werdende Mutter

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Unbehandelte Karies
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnstein/Konkremente
- ◯ Zahnfleischbluten
- ◯ Zahnfleischentzündung

Kariesrisiko

- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Süße Zwischenmahlzeiten
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Mundhygienetraining
- ◯ Professionelle Zahnreinigung (PZR)
- ◯ Kariesbehandlung
- ◯ Zahnfleischbehandlung
- ◯ Fluoridgelee 1 x wöchentlich
- ◯ Zahngesunde Ernährung

Untersuchung werdende Mutter

Ende der Schwangerschaft

Nun sind es nur noch wenige Wochen bis zur Geburt Ihres Kindes.

Babys haben einen angeborenen Saugreflex. Egal, ob Sie Ihr Baby stillen oder ihm die Flasche geben werden: Das Saugen kräftigt Kiefer, Lippen, Zunge und die übrige Kopf- und Halsmuskulatur. Bitte erweitern Sie die Saugeröffnung bei Babyflaschen nicht, damit sich Ihr Kind ebenso anstrengt wie beim Stillen.

Mit einem Schnuller lassen sich Babys oft beruhigen. Wenn auch Sie sich dafür entscheiden, sollten Sie ein paar Dinge beachten:

Form und Größe des Schnullers

Der Schnuller sollte eine kiefergerechte Form haben und nicht rund und dick sein. Sonst wird zu großer Druck auf den Kiefer und die Schneidezähne ausgeübt. Das kann zu Zahnfehlstellungen führen.

Es gibt unterschiedliche Schnullergrößen.
Wählen Sie den Schnuller passend zum Alter Ihres Babys.

Reinigen des Schnullers

Schnuller sollten mindestens 1 x täglich gründlich von Bakterien befreit werden. Sie können Schnuller und Flaschensauger in sprudelndem Wasser auskochen, in die Spülmaschine geben (70-Grad Programm) oder in einem Vaporisator reinigen. Auch Dampfgargeräte haben ein eigenes Sterilisations-Programm.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Baby alles Gute!

Untersuchung werdende Mutter

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Unbehandelte Karies
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnstein/Konkremente
- ◯ Zahnfleischbluten
- ◯ Zahnfleischentzündung

Kariesrisiko

- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Süße Zwischenmahlzeiten
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Mundhygienetraining
- ◯ Professionelle Zahnreinigung (PZR)
- ◯ Kariesbehandlung
- ◯ Zahnfleischbehandlung
- ◯ Fluoridgelee 1 x wöchentlich
- ◯ Zahngesunde Ernährung

Früherkennungsuntersuchung Kind

Etwa zwischen dem 4. Lebensmonat und dem 1. Lebensjahr brechen die ersten Milchschneidezähne durch*. Ab jetzt haben Sie die Aufgabe, die Zähne Ihres Kindes vor Karies zu schützen: Beginnen Sie ab dem ersten Zahn mit dem Putzen.

Jetzt ist auch der richtige Zeitpunkt für die erste Vorsorgeuntersuchung beim Zahnarzt.

Putzen Sie die Zähne nach dem Frühstück mit Wasser und vor dem Schlafengehen mit einer winzigen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpasta**.

Sobald Sie Ihr Kind mit Brei füttern, geben Sie ihm zusätzlich Wasser zu trinken – auch wenn Sie noch stillen oder Ihr Kind eine Milchflasche bekommt.

Das Trinken aus dem Becher können Sie mit Ihrem Kind vom 6. bis 12. Monat an üben.

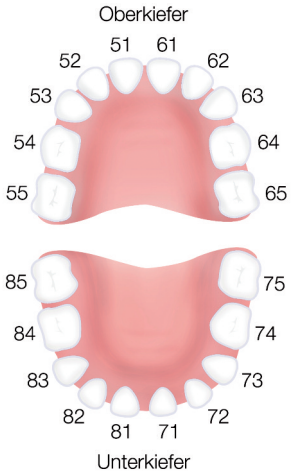
Geben Sie Ihrem Kind nach dem Zähneputzen nur noch Wasser zu trinken.

* Sollten die Durchbruchzeiten der Zähne Ihres Kindes von den hier gemachten Angaben abweichen, sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt.

** siehe Seite 31 „Fluoride zur Kariesvorbeugung“

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Nahrungsaufnahme

- ◯ Stillen
- ◯ Saugerflasche
- ◯ Löffel (Brei)

Fluoridanamnese

- ◯ Vitamin D und Fluorid-Gabe (Tablette)
- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta

Kariesrisiko

- ◯ Süße Getränke
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Mangelnde Zahnpflege

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Zähneputzen morgens und abends
- ◯ Wasser trinken
- ◯ Fluoridmenge anpassen*

* siehe Seite 31 „Fluoride zur Kariesvorbeugung“

Früherkennungsuntersuchung Kind

Die Ernährung ist für die Zahngesundheit Ihres Kindes besonders wichtig.

Geben Sie Ihrem Kind mit dem Übergang zum Familienessen auch Obst und Gemüse zum Knabbern. Dadurch übt Ihr Kind das Kauen.

Saugerflaschen mit gesüßten oder sauren Getränken, die die Zähne lange umspülen, sind der größte Feind für Kinderzähne.

Fruchtsäfte – selbst wenn sie verdünnt sind – enthalten neben zahnschädlichem Fruchtzucker auch Säuren, die den ansonsten sehr widerstandsfähigen Zahnschmelz angreifen.

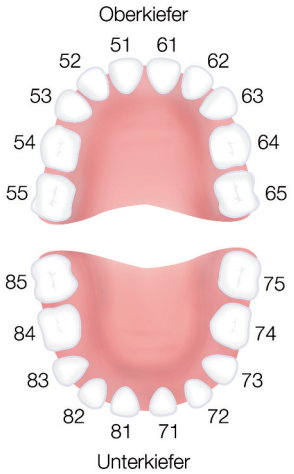
Sie machen es richtig, wenn Sie:

- ➜ Keine Saugerflaschen mit gesüßten oder sauren Getränken zum Dauernuckeln geben.
- ➜ Flaschen nur für unterwegs verwenden.
- ➜ Spätestens ab dem 1. Lebensjahr Getränke nur noch in Tassen anbieten.
- ➜ Mineralwasser ohne Kohlensäure, Leitungswasser oder ungesüßten Tee zu trinken geben.
  Kinder, die von Beginn an Wasser zu trinken bekommen, trinken später gerne Wasser. Die Gefahr, dass sie Karies bekommen, ist niedriger.

Wenn das Kind seine ersten Schritte tut, ist die Gefahr für Zahnunfälle groß. Gehen Sie sofort zum Zahnarzt, wenn Ihr Kind gestürzt ist und einen ausgeschlagenen oder abgebrochenen Zahn hat.

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

◯ Ja ◯ Nein

Fluoridanamnese

- ◯ Vitamin D und Fluorid-Gabe (Tablette)
- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
- ◯ Kein Fluorid

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Behandelt
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnfleischentzündung
- ◯ Zahnunfall

Lutschgewohnheiten:

◯ Daumen ◯ Schnuller

Kariesrisiko

- ◯ Zahnbeläge
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Getränke aus Saugerflaschen
- ◯ Süße Zwischenmahlzeiten (z.B. weiche, klebrige Kinderprodukte)

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
- ◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
- ◯ Kontrolltermin vereinbaren
- ◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
- ◯ Zahngesunde Ernährung
- ◯ Flasche abgewöhnen

Früherkennungsuntersuchung Kind

Im Alter von 2 Jahren sind fast alle Milchzähne durchgebrochen. Der Zahnarzt stellt bei der Vorsorgeuntersuchung fest, ob der Zahndurchbruch normal verläuft und kontrolliert, ob an den Zähnen Ihres Kindes schon Zeichen für eine Karies zu erkennen sind.

Vereinbaren Sie alle 6 Monate Kontrolltermine für Ihr Kind. So erlebt es den Zahnarztbesuch als normal.

Wenn das Milchgebiss vollständig ist, putzen Sie 2 x täglich die Zähne Ihres Kindes mit fluoridhaltiger Kinderzahnpasta* – nach dem Frühstück und vor dem Schlafengehen.

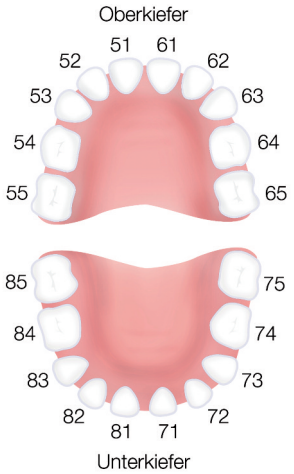
Geben Sie Ihrem Kind die Bürste zum spielerischen Putzen. Putzen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind die Zähne und seien Sie ihm ein Vorbild. Ihr Kind wird Ihnen das Zähneputzen nachmachen.

Verwenden Sie eine Kinderzahnbürste mit der passenden Altersangabe. Putzen Sie als Eltern immer nach und übernehmen Sie das gründliche Zähneputzen.

* siehe Seite 31 „Fluoride zur Kariesvorbeugung“

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

- ◯ Ja
- ◯ Nein

Fluoridanamnese

- ◯ Vitamin D und Fluorid-Gabe (Tablette)
- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
- ◯ Kein Fluorid

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Behandelt
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnfleischentzündung
- ◯ Zahnunfall

Lutschgewohnheiten:

- ◯ Daumen
- ◯ Schnuller

Kariesrisiko

- ◯ Zahnbeläge
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Getränke aus Saugerflaschen
- ◯ Süße Zwischenmahlzeiten (z.B. weiche, klebrige Kinderprodukte)

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
- ◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
- ◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
- ◯ Zahngesunde Ernährung
- ◯ Flasche abgewöhnen
- ◯ Kontrolltermin vereinbaren

Früherkennungsuntersuchung Kind

Mit 20 Zähnen ist das Milchgebiss vollständig. Es besteht aus Schneide-, Eck- und Backenzähnen.

Die Zähne sind zum Abbeißen und Zerkleinern der Nahrung da. Außerdem sind sie wichtig für die Sprachbildung. Die Milchzähne halten den Platz für die bleibenden Zähne frei.

In diesem Alter nimmt das natürliche Saugbedürfnis ab. Beginnen Sie deshalb schon jetzt, Ihrem Kind den Schnuller abzugewöhnen, um Fehlstellungen der Zähne und eine Kieferverformung zu vermeiden.

Mit spätestens 3 Jahren sollte Ihr Kind keinen Schnuller mehr nehmen.

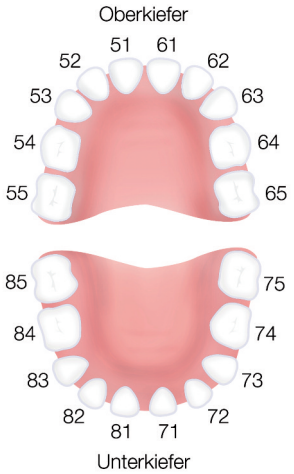
Ohne Schnuller Schritt für Schritt:

- ➜ Kleinkindern den Schnuller nur noch zum Einschlafen geben.
- ➜ In der Betreuungseinrichtung den Schnuller ins Garderobenkästchen des Kindes legen und nicht mit in den Gruppenraum nehmen.
- ➜ Nachts einem Phantasiewesen, z.B. der „Schnullerfee“, die Schnuller vor die Tür legen. Im Tausch dafür bekommt das Kind ein kleines Geschenk.

Auch jetzt müssen Sie als Eltern die Zähne Ihres Kindes immer noch mit fluoridhaltiger Zahnpasta nachputzen!

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

◯ Ja ◯ Nein

Fluoridanamnese

◯ Vitamin D und Fluorid-Gabe (Tablette)
◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
◯ Kein Fluorid

Befund

◯ Gesund
◯ Beginnende Karies
◯ Aktive Karies
◯ Behandelt
◯ Beläge auf den Zähnen
◯ Zahnfleischentzündung
◯ Zahnunfall

Lutschgewohnheiten:
◯ Daumen ◯ Schnuller

Kariesrisiko

◯ Zahnbeläge
◯ Mangelndes Putzen
◯ Beginnende Karies
◯ Kein Fluorid
◯ Süße und saure Getränke
◯ Getränke aus Saugerflaschen
◯ Süße Zwischenmahlzeiten (z.B. weiche, klebrige Kinderprodukte)

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
◯ Kontrolltermin vereinbaren
◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
◯ Zahngesunde Ernährung
◯ Flasche abgewöhnen

Früherkennungsuntersuchung Kind

Weil Kinder Rituale lieben, ist es gut, wenn das regelmäßige Zähneputzen eine feste Gewohnheit beim Aufstehen und Schlafengehen ist.

Morgens kann auch vor dem Frühstück geputzt werden, am Abend sollten die Zähne aber nach dem Abendessen gründlich gereinigt werden.

Geben Sie Ihrem Kind nach dem Zähneputzen nur noch Wasser zu trinken.

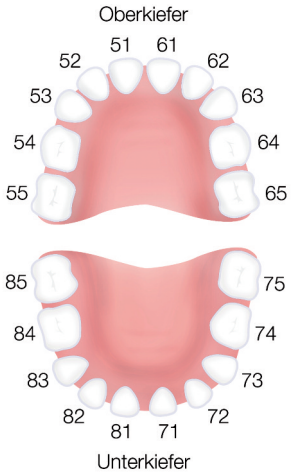
Die Pflege der Zähne muss dem Alter und Können Ihres Kindes angepasst sein. Mit 3 Jahren kann es nur auf den Zähnen hin- und herbürsten. Es kann seine Zähne aber noch nicht alleine gründlich putzen*.

Sie als Eltern müssen die Zähne Ihres Kindes immer noch mit fluoridhaltiger Zahnpasta nachputzen!
Reinigen Sie neben den Kauflächen auch die Außen- und Innenflächen der Zähne.

* siehe Seite 32 „KAI-Putztechnik“

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

◯ Ja ◯ Nein

Fluoridanamnese

◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
◯ Kein Fluorid

Befund

◯ Gesund
◯ Beginnende Karies
◯ Aktive Karies
◯ Behandelt
◯ Beläge auf den Zähnen
◯ Zahnfleischentzündung
◯ Zahnunfall

Lutschgewohnheiten:
◯ Daumen ◯ Schnuller

Kariesrisiko

◯ Zahnbeläge
◯ Mangelndes Putzen
◯ Beginnende Karies
◯ Kein Fluorid
◯ Süße und saure Getränke
◯ Getränke aus Saugerflaschen
◯ Süßigkeiten zwischendurch

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
◯ Kontrolltermin vereinbaren
◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
◯ Zahngesunde Ernährung
◯ Wasser trinken

Früherkennungsuntersuchung Kind

Hat sich bei Ihrem Kind durch Schnuller oder Daumenlutschen ein offener Biss entwickelt, kann sich der Kiefer noch zurückverformen, wenn Ihr Kind jetzt mit dem Lutschen aufhört. Einen offenen Biss erkennen Sie daran, dass die oberen und unteren Schneidezähne beim Zubeißen nicht aufeinander treffen.

Wird der Schnuller erst später abgewöhnt, kann sich der Kiefer nicht mehr selbst zurückverformen und Ihr Kind benötigt eine aufwändige Behandlung mit einer Zahnspange.

Süßigkeiten und süße Getränke sind bei Kindern sehr beliebt. Auch salzige Snacks, z.B. Chips, enthalten Zucker. Wenn Kinder häufig naschen, greift der Zucker den Zahnschmelz an, der den Zahn eigentlich schützen soll. Vermeiden Sie deshalb Snacks zwischen den Mahlzeiten.

Zucker schadet weniger, wenn er nur zu den Hauptmahlzeiten gegessen wird. Es gibt zahnfreundliche Süßigkeiten. Informationen dazu finden Sie unter www.zahnmaennchen.de.

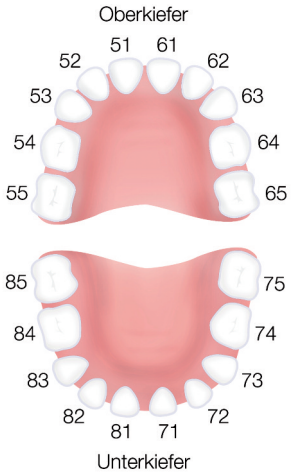
Tipp:

Ernähren Sie Ihr Kind ausgewogen und zahngesund mit ausreichend Mineralien und Vitaminen. Beim Kauen von Vollkornprodukten und frischem Obst und Gemüse entsteht viel Speichel, der die Zähne vor Angriffen durch Saures und Süßes schützt.

Auch jetzt müssen Sie als Eltern die Zähne Ihres Kindes immer noch mit fluoridhaltiger Zahnpasta nachputzen!

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

- ◯ Ja
- ◯ Nein

Fluoridanamnese

- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
- ◯ Kein Fluorid

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Behandelt
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnfleischentzündung
- ◯ Zahnunfall

Lutschgewohnheiten:

- ◯ Daumen
- ◯ Schnuller

Kariesrisiko

- ◯ Zahnbeläge
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Getränke aus Saugerflaschen
- ◯ Süßigkeiten zwischendurch

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
- ◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
- ◯ Kontrolltermin vereinbaren
- ◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
- ◯ Zahngesunde Ernährung
- ◯ Wasser trinken

Früherkennungsuntersuchung Kind

Bringen Sie Ihrem Kind jetzt das Zähneputzen nach der KAI-Technik bei: **K**auflächen, **A**ußenflächen und **I**nnenflächen nacheinander putzen*.

Helfen Sie Ihrem Kind dabei und putzen Sie im Anschluss gründlich nach – morgens und abends.

Viele Betreuungseinrichtungen achten heute auf zahngesunde Ernährung und haben auch das gemeinsame Zähneputzen nach dem Frühstück und dem Mittagessen in den Tagesablauf integriert.

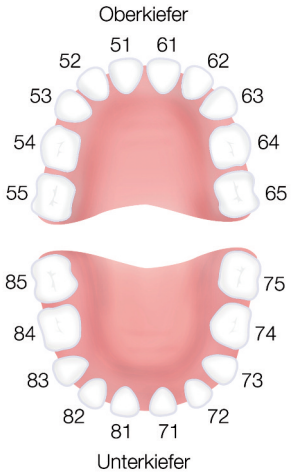
In Bayern werden viele Betreuungseinrichtungen von Zahnärzten der Bayerischen Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e.V. (LAGZ) in der Gemeinschaft betreut. Diese zeigen den Kindern in ihrer gewohnten Umgebung, wie sie ihre Zähne richtig putzen.

Zusätzlich sollten Sie mit Ihrem Kind zu den Früherkennungsuntersuchungen in die Zahnarztpraxis gehen.

* siehe Seite 32 „KAI-Putztechnik“

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

- ◯ Ja
- ◯ Nein

Fluoridanamnese

- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
- ◯ Kein Fluorid

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Behandelt
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnfleischentzündung
- ◯ Zahnunfall

Lutschgewohnheiten:

- ◯ Daumen
- ◯ Schnuller

Kariesrisiko

- ◯ Zahnbeläge
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Getränke aus Saugerflaschen
- ◯ Süßigkeiten zwischendurch

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
- ◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
- ◯ Kontrolltermin vereinbaren
- ◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
- ◯ Zahngesunde Ernährung
- ◯ Wasser trinken

Früherkennungsuntersuchung Kind

Bleiben Sie beim Zähneputzen geduldig und konsequent, auch wenn Ihr Kind trotzt. Denn Zähneputzen ist notwendig und Sie tun Ihrem Kind damit etwas Gutes! Sehen Sie die Zahnputzzeit als eine Zeit der Zuwendung. Sie soll Ihnen gemeinsam Spaß machen.

Im reifen Milchgebiss kann man nun Veränderungen beobachten: Die Backenzähne rutschen zusammen, dadurch werden die Zahnzwischenräume enger und können nicht mehr so gut gereinigt werden. Das sind die Stellen, an denen ab diesem Alter am häufigsten Karies entsteht.

Jetzt sollten Sie einmal täglich, am besten abends, die vier Backenzahnzwischenräume zusätzlich mit Zahnseide reinigen.

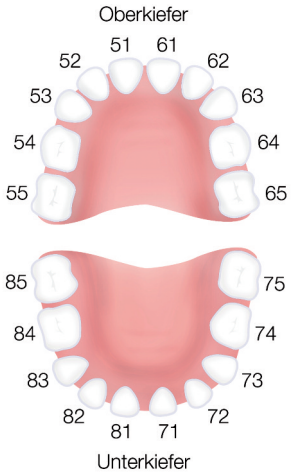
Ein Kind in diesem Alter kann Zahnseide noch nicht selbst benutzen. Helfen Sie ihm dabei.

Zahnseide bei einer anderen Person anzuwenden, ist nicht leicht. Einfacher ist es, wenn Sie einen speziellen Zahnseidehalter mit Griff verwenden.

Lassen Sie sich von Ihrem Zahnarzt zeigen, wie Sie die Zahnzwischenräume Ihres Kindes reinigen. Üben Sie es vor Ort in der Praxis.

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

- ◯ Ja
- ◯ Nein

Fluoridanamnese

- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
- ◯ Kein Fluorid

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Behandelt
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnfleischentzündung
- ◯ Zahnunfall

Lutschgewohnheiten:

- ◯ Daumen
- ◯ Schnuller

Kariesrisiko

- ◯ Zahnbeläge
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Getränke aus Saugerflaschen
- ◯ Süßigkeiten zwischendurch

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
- ◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
- ◯ Kontrolltermin vereinbaren
- ◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
- ◯ Zahngesunde Ernährung
- ◯ Wasser trinken

Früherkennungsuntersuchung Kind

Achten Sie beim täglichen Nachputzen der Zähne Ihres Kindes auf Veränderungen in den Zahnzwischenräumen.

Wenn häufig Speisereste in den Zahnzwischenräumen hängen bleiben oder Sie farbliche Veränderungen feststellen, könnte dies ein Anzeichen für eine Karies sein.

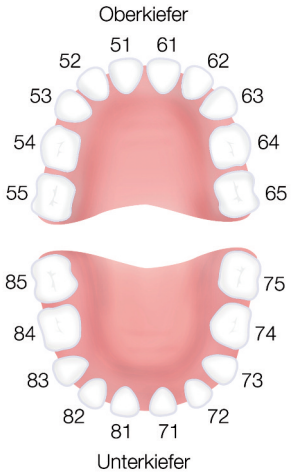
Gehen Sie zum Zahnarzt, sobald Sie solche Veränderungen beobachten und lassen Sie die Zähne kontrollieren.

Hat Ihr Kind eine Karies, die behandelt werden muss, wird der Zahnarzt Ihnen und Ihrem Kind die Behandlung erklären. Meistens wird der Zahn mit einer Füllung versorgt.

Ist keine oder erst eine beginnende Karies vorhanden, wird Ihr Zahnarzt Sie über vorbeugende Maßnahmen informieren, z.B. das Auftragen von hochkonzentriertem Fluoridlack zum Schutz der Zahnflächen.

Milchgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

- ◯ Ja
- ◯ Nein

Fluoridanamnese

- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
- ◯ Kein Fluorid

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Behandelt
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnfleischentzündung
- ◯ Zahnunfall

Lutschgewohnheiten:

- ◯ Daumen
- ◯ Schnuller

Kariesrisiko

- ◯ Zahnbeläge
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Getränke aus Saugerflaschen
- ◯ Süßigkeiten zwischendurch

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
- ◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
- ◯ Kontrolltermin vereinbaren
- ◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
- ◯ Zahngesunde Ernährung
- ◯ Wasser trinken

Früherkennungsuntersuchung Kind

Beginnender Zahnwechsel

Bereits jetzt können sich die Schneidezähne lockern, der Zahnwechsel beginnt. Der halbjährliche Zahnarztbesuch mit Ihrem Kind sollte nun selbstverständlich sein.

Der erste ausgefallene Milchzahn ist etwas Besonderes. Kinder warten gespannt darauf und freuen sich z.B. über eine Wackelzahndose zum Sammeln der ausgefallenen Milchzähne.

Häufig bricht der erste bleibende Backenzahn unbemerkt hinter den Milchbackenzähnen durch. Er ist besonders anfällig für Karies, weil sein Zahnschmelz noch nicht vollständig gehärtet ist und er schwer mit der Zahnbürste zu erreichen ist. Putzen Sie diesen Zahn besonders sorgfältig.

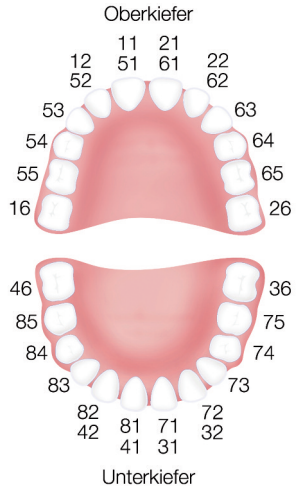
Einige Kinder haben Störungen bei der Zahnschmelzbildung. Entweder ist der Zahnschmelz unvollständig oder nicht ausreichend hart. Die Störungen können sich als gelbliche oder bräunliche Flecken an den neuen Backen- und Schneidezähnen zeigen. Es ist wichtig, diese Veränderungen rechtzeitig zu erkennen und diese Zähne zu schützen. Kommen Sie daher unbedingt zu den Kontrollterminen.

! Auch jetzt müssen Sie als Eltern die Zähne Ihres Kindes nachputzen, besonders an den neuen bleibenden Zähnen und an den wackelnden Milchzähnen. Lassen Sie sich von Ihrem Zahnarzt eine geeignete Technik zeigen. Benutzen Sie ab jetzt eine Junior- oder Erwachsenenzahnpasta*.

* siehe Seite 31 „Fluoride zur Kariesvorbeugung“

Wechselgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

- ◯ Ja
- ◯ Nein

Fluoridanamnese

- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
- ◯ Kein Fluorid

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Behandelt
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnfleischentzündung
- ◯ Zahnunfall
- ◯ Durchbruch 6-Jahresmolaren
- ◯ Zahn-/Kieferfehlstellungen

Lutschgewohnheiten:

- ◯ Daumen
- ◯ Schnuller

Kariesrisiko

- ◯ Zahnbeläge
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Süßigkeiten zwischendurch

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
- ◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
- ◯ Kontrolltermin vereinbaren
- ◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
- ◯ Zahngesunde Ernährung
- ◯ Wasser trinken

Früherkennungsuntersuchung Kind

Wechselgebiss

Mit 6 Jahren kann Ihr Kind immer besser selbstständig die Zähne putzen. Es hat 2 x jährlich einen gesetzlichen Anspruch auf eine spezielle Vorsorge beim Zahnarzt (Individualprophylaxe). Dabei wird mit Ihrem Kind unter anderem das richtige Zähneputzen geübt.

Um die Zähne vor Karies zu schützen, können als weitere Möglichkeit in der Praxis gezielt Fluoridlacke aufgetragen und die bleibenden Backenzähne versiegelt werden. Bei einer Versiegelung werden die tiefen Rillen (Fissuren) in den Kauflächen der bleibenden Backenzähne mit einem haltbaren Material gefüllt und sind dadurch leichter zu putzen.

Stellt der Zahnarzt eine Zahn- oder Kieferfehlstellung fest, kann die Behandlung mit einer Zahnspange notwendig sein.

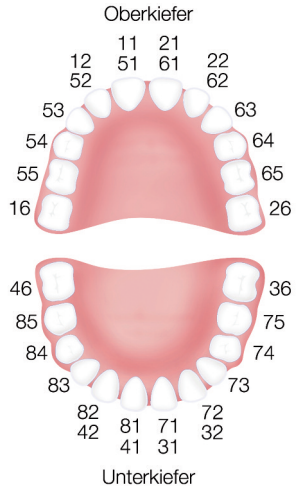
Wichtig für Schulkinder:

- Eltern putzen Kinderzähne bis zum Alter von 8 Jahren nach.
- Eltern helfen bis zum Alter von 12 Jahren bei der Anwendung von Zahnseide und überprüfen den Zahnputzerfolg.
- Vollkornprodukte, frisches Obst und Gemüse sind zahngesunde Pausensnacks.
- Wasser sollte Hauptgetränk sein. Wenn möglich nur Flaschen ohne speziellen Trink-/Saugansatz verwenden.
- Informieren Sie sich vorbeugend, was bei einem Zahnunfall zu tun ist: Gehen Sie bei einem Zahnunfall sofort zum Zahnarzt. Nehmen Sie unbedingt ausgeschlagene Zahnteile in einer Zahnrettungsbox oder in H-Milch mit!

Für die kommende Schulzeit wünschen wir Ihrem Kind alles Gute!

Wechselgebiss

Datum:



C: Karies
E: ersetzt
F: fehlend
T: Trauma
Z: zerstört

Zahnpflege

- ◯ Ja
- ◯ Nein

Fluoridanamnese

- ◯ Fluoridhaltige Kinderzahnpasta
- ◯ Kein Fluorid

Befund

- ◯ Gesund
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Aktive Karies
- ◯ Behandelt
- ◯ Beläge auf den Zähnen
- ◯ Zahnfleischentzündung
- ◯ Zahnunfall
- ◯ Durchbruch 6-Jahresmolaren
- ◯ Zahn-/Kieferfehlstellungen

Lutschgewohnheiten:

- ◯ Daumen
- ◯ Schnuller

Kariesrisiko

- ◯ Zahnbeläge
- ◯ Mangelndes Putzen
- ◯ Beginnende Karies
- ◯ Kein Fluorid
- ◯ Süße und saure Getränke
- ◯ Süßigkeiten zwischendurch

Empfehlungen zur Vorbeugung gegen Karies

- ◯ Kinderzahnpasta mit Fluorid
- ◯ 2 x täglich Nachputzen durch die Eltern
- ◯ Kontrolltermin vereinbaren
- ◯ Zähneputzen in Betreuungseinrichtung
- ◯ Zahngesunde Ernährung
- ◯ Wasser trinken

Karies im Milchgebiss

Frühkindliche Karies

Die Schneidezähne im Oberkiefer sind besonders häufig von Karies betroffen, weil durch das Trinken von zucker- und säurehaltigen Getränken aus Saugerflaschen die Zähne ständig umspült werden.

Karies kann bei kleinen Kindern oft nur in Vollnarkose behandelt werden. Ersparen Sie Ihrem Kind diese Erfahrung und überlassen Sie ihm deshalb keine Flasche mit gesüßten oder sauren Getränken zum Dauernuckeln.

Karies an den Kauflächen und Zahnzwischenraumkaries

Sehr tiefe Rillen (Fissuren) auf den Kauflächen und die Engstellen zwischen den Backenzähnen sind besonders schwer zu reinigen. Deshalb entsteht hier leichter Karies.

Tipps:

- Geben Sie Ihrem Kind von Anfang an Wasser als Hauptgetränk aus dem Becher. Je nach Alter benötigt Ihr Kind etwa 400 bis 700 ml Wasser am Tag.
- Putzen Sie die Zähne 2 x täglich mit einer fluoridierten Kinderzahnpasta nach.
- Vermeiden Sie klebrige Speisen, die schlecht aus den Rillen (Fissuren) auf den Kauflächen und den Zahnzwischenräumen zu entfernen sind.
- Helfen Sie Ihrem Kind bei der Reinigung der Zahnzwischenräume mit Zahnseide.
- Der Zahnarzt kann spezielle zusätzliche Schutzmaßnahmen durchführen (z.B. Zahnschmelzhärtung oder Fissurenversiegelung).

Fluoride zur Kariesvorbeugung

Fluoride schützen den Zahnschmelz vor Säureangriffen, härten ihn und verhindern so die Entstehung von Karies. Beginnende Kariesschäden können durch Fluoridierungsmaßnahmen gestoppt werden.

Deshalb empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK) zum täglichen Zähneputzen fluoridhaltige Zahnpasta zu verwenden. Als Fluoridierung für die ganze Familie kann fluoridiertes Speisesalz verwendet werden.

... ab dem ersten Zahn

Ab dem ersten Zahn sollten die Zähne 1 x täglich mit einer winzigen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpasta (500 ppm F) und 1 x täglich mit Wasser geputzt werden.

... beim vollständigen Milchgebiss

Ab dem vollständigen Milchgebiss mit ungefähr 2 1/2 Jahren verwenden Sie 2 x täglich eine erbsengroße Menge fluoridhaltige Kinderzahnpasta (500 ppm F).

Schluckt Ihr Kind Zahnpasta, müssen Sie sich keine Sorgen machen.

... beim bleibenden Gebiss

Mit dem Durchbruch der bleibenden Zähne wird empfohlen, 2 x täglich eine höher fluoridierte Junior- oder Erwachsenenzahnpasta (>1000 ppm F) zu verwenden. Zusätzlich kann man noch einmal wöchentlich ein fluoridhaltiges Gelee verwenden. Bei erhöhtem Kariesrisiko kann der Zahnarzt fluoridhaltigen Lack auftragen.

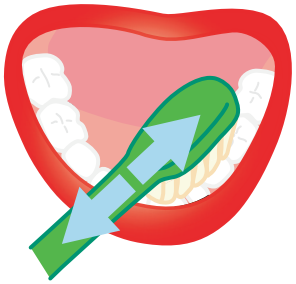
Ob Sie Ihrem Kind fluoridhaltige Tabletten geben, besprechen Sie am besten mit dem Kinderarzt, um eine zu hohe Fluoridierung zu vermeiden.

Die KAI-Putztechnik

Mit der KAI-Putztechnik können Kinder ihre Zähne systematisch putzen:
K = Kaufläche ➜ **A** = Außenfläche ➜ **I** = Innenfläche

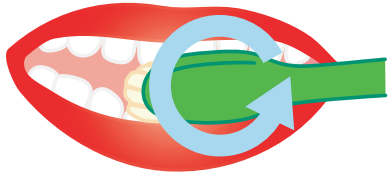
Stufe 1: Kauflächen schrubben

Je nach Entwicklungsstand beherrschen Kinder mit ungefähr 3 Jahren diese Technik. Zunächst wird das Kind nur Schrubb-Bewegungen machen.



Stufe 2: Außenflächen kreisend putzen

Mit spätestens 3½ bis 4 Jahren kann das Kind dann auch die Außenflächen mit Kreisbewegungen putzen.



Stufe 3: Innenflächen auswischen

Im Alter von ungefähr 5 Jahren beherrscht das Kind die KAI-Technik vollständig und kann nun auch die Innenflächen auswischen.

Auch wenn das Kind jetzt nach der KAI-Technik seine Zähne selbst putzt: Das Nachputzen durch die Eltern wird dadurch nicht ersetzt. Erwachsene putzen die Kinderzähne am besten auch mit der KAI-Technik nach.

Untersuchung Mutter	Termin	
Beginn Schwangerschaft		U-Z A
Ende Schwangerschaft		U-Z B
Untersuchung Kind	**Termin**	
6. – 9. Monat		FU-Z 1a
15. – 18. Monat		FU-Z 1b
2 Jahre		FU-Z 2a
2 ½ Jahre		FU-Z 2b
3 Jahre		FU-Z 3a
3 ½ Jahre		FU-Z 3b
4 Jahre		FU-Z 4a
4 ½ Jahre		FU-Z 4b
5 Jahre		FU-Z 5a
5 ½ Jahre		FU-Z 5b
6 Jahre		FU-Z 6

U-Z = Untersuchung werdende Mutter – Zahnarzt
FU-Z = Früherkennungsuntersuchung Kind – Zahnarzt

Notizen

Herausgeber
Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK)
Fallstraße 34, 81369 München
www.blzk.de

Redaktion
Referat Prophylaxe, Alterszahnmedizin, Behindertenzahnmedizin

Fachliche Beratung
Dr. Katharina Bücher, Klinikum der Universität München, Poliklinik für Zahnerhaltung und Parodontologie, Bereich Kinder- und Jugendzahnheilkunde

Dr. Brigitte Hermann, Vorstandsmitglied der Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit Bayern e.V. (LAGZ)

Prof. Dr. Christoph Benz

Gestaltung
Pokorny Design, München

Bilder und Grafiken
Titelbild: Jakob Kärtner, 6 Jahre
Zahnschemata (S. 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29): BLZK
KAI-Illustration (S. 32): Pokorny Design, München

Druck
Gotteswinter und Aumaier GmbH, München

Copyright Bayerische Landeszahnärztekammer
Alle Rechte vorbehalten
Nachdruck, Kopie oder sonstige Vervielfältigung oder Verbreitung, auch von Ausschnitten, nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Bayerischen Landeszahnärztekammer
1. Neuauflage

Hinweis:
Die verwendeten Bezeichnungen richten sich – unabhängig von der im Einzelfall verwendeten Form – gleichermaßen an alle Frauen und Männer.

Online-Bestellung und Fax-Bestellformular: www.blzk.de/shop