



## **Starke Zähne – Starke Kinder**

Was Sie schon immer über die Zähne  
Ihres Kindes wissen wollten



Bundesverband der  
Kinderzahnärzte



## Wie Kinder gern zum Zahnarzt gehen

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Deshalb sind die BuKiZ-Praxen speziell auf die Bedürfnisse kleiner Kinder ausgerichtet. So kann der erste Zahnarztbesuch, der idealerweise zwischen dem sechsten Monat und dem ersten Geburtstag stattfindet, zu einem positiven Erlebnis werden!

### 😊 Profis für Prophylaxe

Ihr Kinderzahnarzt berät Sie gerne darüber, wie Sie die Zähne Ihres Kindes ein Leben lang gesund und schön halten können.

### 😊 Früh und regelmäßig

Die Vorsorge für Ihr Kind beginnt bereits in der Schwangerschaft. Sorgen Sie als Eltern für die Gesundheit Ihrer Zähne, sorgen Sie gleichzeitig für einen gesunden Kindermund. Zweimal im Jahr sollten Sie (und auch Ihr Kind) zur Prophylaxe und Kontrolle gehen.

### 😊 In der Ruhe liegt die Kraft

Nehmen Sie sich Zeit für den ersten Besuch, sodass Ihr Kind stressfrei ankommen und in Ruhe die vielen neuen Eindrücke aufnehmen kann. Es ist gut, wenn das Behandlungsteam schrittweise vorgeht, um Ihr Kind behutsam an die neue Situation heranzuführen.

### 😊 Zähne ✓, Kiefer ✓

Ihr Kinderzahnarzt begleitet von Anfang an die Kieferentwicklung. Oft kann man sich entwickelnde Fehlbisse durch kleine Behandlungsmaßnahmen korrigieren.

### 😊 Finden Sie einen für die Bedürfnisse Ihres Kindes geeigneten Zahnarzt

Nicht nur seine Qualifikation ist entscheidend, sondern auch die Atmosphäre in der Praxis und der Umgang aller Beteiligten mit dem kleinen Patienten. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 15.

Sollte dennoch mal eine Behandlung notwendig sein, können Sie Ihr Kind wie folgt unterstützen:

### 😊 Es kitzelt

Vermeiden Sie beruhigend gemeinte Formulierungen wie „Du brauchst keine Angst zu haben, es tut bestimmt nicht weh“. Falls Ihr Kind fragt, ob eine Zahnbehandlung weh tut, ist es viel geschickter zu antworten, dass die meisten Kinder sagen, es würde kitzeln.

### 😊 Lieber loben

Bitte stellen Sie keine Belohnungsgeschenke in Aussicht. Insbesondere Dinge, die sich Ihr Kind möglicherweise sehr wünscht, setzen es bei der Behandlung zu stark unter Druck. Stattdessen sollten Sie es (auch für Kleinigkeiten) loben – aber natürlich nur, wenn es etwas wirklich gut gemacht hat.

### 😊 Dabeisein ist alles?

Bis zu einem Alter von sechs Jahren ist es sinnvoll, dass eine (!) Bezugsperson bei der Behandlung dabei ist. Ab dem Schulalter genügt es in der Regel, wenn diese im Wartezimmer bleibt. Ihr Kind wird daran wachsen, wenn es auch den Zahnarztbesuch allein meistern darf.

## Inhalt

- 4 Gute Zähne – von Anfang an
- 5 Einer nach dem anderen
- 6 So geht es leichter
- 7 Das richtige Werkzeug
- 8 Gewusst wie
- 9 Trinken, wie und was
- 10 So bleiben Zähne gesund
- 11 Milchzähne: Mehr als Lückenfüller
- 12 Zahnfee im Einsatz
- 13 Ärger im Anmarsch, oder nicht?
- 14 Zahnunfall: Jede Minute zählt!
- 15 Wie finden Sie den Kinderzahnarzt Ihres Vertrauens?

## Liebe Eltern,

kaum eine Entwicklung beschäftigt Sie bei Ihren Kindern so sehr wie die Zähne. Kein Wunder, dienen diese nicht nur der Zerkleinerung von Nahrung, sondern fallen dem Gegenüber sofort auf, sind wichtig fürs Sprechen, Lachen, Küssen und Pfeifen.

Nicht umsonst ist eine der häufigsten Fragen an Kinderwagenschiebende: Na, hat das Kleine denn schon Zähnchen? Ja, hat es! Und mit diesen gewinnt es die Herzen der Erwachsenen. Sind dann alle Milchzähne da, geht es in den Kindergarten und die Großen fragen: „Hast du schon einen Wackelzahn?“ Die Kinder lassen ihre herausgefallenen Milchzähne wie Trophäen bestaunen. Und wer in der Schule gut dastehen will, braucht einen Schulzahn, nämlich den ersten bleibenden Backenzahn hinter dem letzten Milchzahn.

Gesunde Zähne sind kein Zufall, sondern das Ergebnis liebevoller und sorgfältiger Pflege von Anfang an. Und diese lohnt sich für das ganze



Leben, denn Kinder mit gesunden Milchzähnen haben bis zu 90 Prozent auch gesunde bleibende Zähne!

In dieser Broschüre geben wir Antworten auf die wichtigsten Fragen, die Eltern uns immer wieder in der Praxis stellen. Sie erfahren alles, was Sie wissen sollten, damit Ihr Kind sein strahlendes Lächeln ein Leben lang behält.

Viel Spaß beim Lesen wünscht

**Ihr**  
**Bundesverband der Kinderzahnärzte e. V.**  
**(BuKiZ)**

[www.kinderzahnärzte.de](http://www.kinderzahnärzte.de)



## Gute Zähne – von Anfang an

Bereits in den ersten Wochen der Schwangerschaft bilden sich die Milchzähne Ihres Kindes. Alle 20 sind in der Regel bis zur Geburt schon fertig entwickelt, auch wenn sie noch nicht sichtbar sind. Selbst einige bleibende Zähne werden vor der Geburt angelegt.

Schon in der Schwangerschaft können werdende Mütter die Weichen für die Zahngesundheit ihres Kindes stellen – indem sie sich um ihre eigenen Zähne kümmern.

Mindestens möglichst einmal zu Beginn und einmal in den letzten drei Monaten der Schwangerschaft sollten sie zum Zahnarzt gehen. Bis kurz vor der Geburt können praktisch alle nötigen Behandlungsmaßnahmen durchgeführt werden. Insbesondere empfehlen wir eine regelmäßige professionelle Zahnreinigung, denn Kinder von Müttern, die während der Schwangerschaft regelmäßig prophylaktisch betreut wurden, bekommen nachweislich weniger Karies.

Falls Sie Probleme mit Ihren Zähnen haben (oder als Kind hatten): Vermeiden Sie die Übertragungswege der Karies- oder Parodontitisverursachenden Bakterien. Reinigen Sie den Schnuller lieber mit dem Tuch, testen Sie die Fläschchentemperatur mit einem Spritzer auf den Handrücken, kosten Sie den Babybrei mit einem eigenen Löffel etc. Fragen Sie Ihren Zahnarzt zusätzlich nach keimreduzierenden Mundspüllösungen.



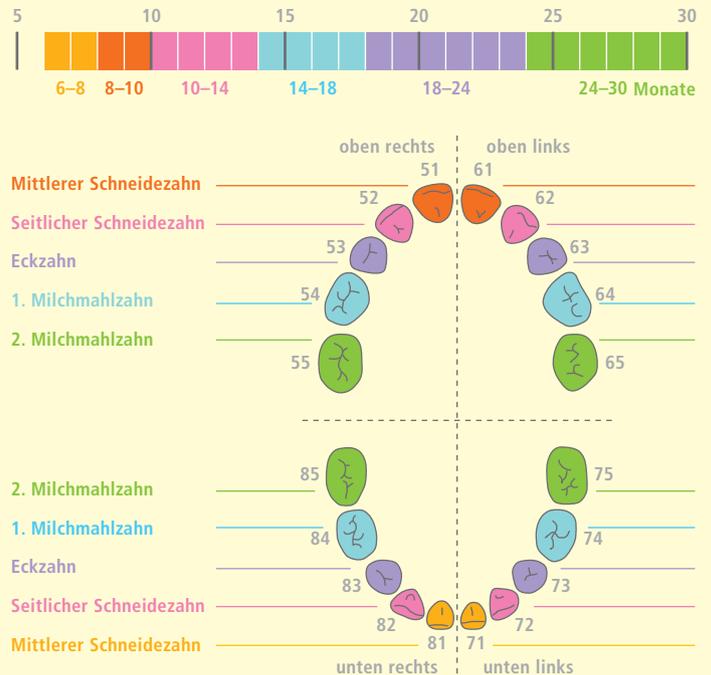


## Einer nach dem anderen

Wie das in der Natur so ist, bei jedem Kind geschieht das Zahnen anders: Manche kommen sogar schon mit sichtbaren Zähnen auf die Welt – andere Eltern berichten, dass bei ihrem einjährigen Kind noch nichts zu sehen ist.

Auch an die oft zitierte Reihenfolge, in der die Zähne erscheinen, halten sich längst nicht alle. In der Regel wachsen zunächst zwischen dem 6. und 11. Lebensmonat die unteren zwei Schneidezähne und als letzte der 20 Milchzähne im Alter von 22 bis 28 Monaten die hinteren Backenzähne.

So aufregend das Ereignis ist – Jahre später kennen Sie die Antwort auf die Frage: Wann hat Dein Kind welchen Zahn bekommen? nicht mehr. Dokumentieren Sie deshalb den Durchbruch – am besten gleich in unserem Schaubild.





## So geht es leichter

Während bei manchen Babys plötzlich ein weißes Spitzchen im Mund blinkt, zähnen andere mit Schmerzen. Viele Babys kauen gerne auf allem herum, was sie zu fassen bekommen, denn sie erfahren die Welt durch ihren Mund.

Als Vorbereitung für die spätere Zahnpflege sollte der Kieferkamm des Kindes mit Mamas Finger oder einer weichen Zahnbürste massiert werden. Das lindert auch eventuelle Zahnungsbeschwerden.

Erleichterung kann auch ein gekühlter Löffel oder ein Beißring bringen. Nutzen Sie nur Beißringe ohne gesundheitsschädlich geltende Weichmacher (Phtalate oder PVC). Mit Flüssigkeit gefüllte Ringe kühlen Sie nur im Kühlschrank, sind sie zu kalt, verletzen sie die Mundschleimhaut. Und denken Sie daran, die Beißringe regelmäßig zu desinfizieren.

Zur Beruhigung des Zahnfleisches können Sie auch ungesüßten Kamillen- oder Salbeitee auftopfen. Manche Ärzte empfehlen ein Zahnungsgel mit lokal wirkenden betäubenden Substanzen (zum Beispiel Dentinox) oder homöopathische Mischpräparate wie zum Beispiel Osanit-Kügelchen, Escatitona-Tropfen (Achtung: enthalten Alkohol) oder Viburcol-Zäpfchen.

Aus Expertensicht ist es eher unwahrscheinlich, dass Bernsteinketten beim Zahnen helfen. Sicher dagegen ist: Babys und Kleinkinder sollten keine Ketten tragen. Sie können beim Spielen hängen bleiben und sich verletzen. Reißt die Kette, besteht außerdem die Gefahr, dass sie Teile verschlucken oder sich in die Nase stecken.

Testen Sie aus, was bei Ihrem Kind am besten wirkt. Oft ist auch Ablenkung eine gute erste Maßnahme: viel Kuscheln, Singen und Spaziergehen.



## Das richtige Werkzeug

Von Geburt an können Sie den zahnlosen Kiefer Ihres Kindes mit Ihrem sauberen Finger, einem Fingerling oder einer weichen Zahnbürste sanft massieren. Durch die Kieferkamm-Massage gewöhnt es sich an die Mundpflege. Morgens und abends in die Körperpflege integriert, bereitet dies auf das Zahnpflegeritual fürs ganze Leben vor.

Noch bevor der erste Zahn im Mund erscheint, lassen Sie Ihr Kind mit einer Zahnbürste spielen und darauf herumkauen, während es entspannt auf Ihrem Schoß liegt. So macht es sich mit der Zahnbürste vertraut und entwickelt Spaß an der Mundpflege.

Richtig los geht das Putzen dann ab dem ersten Milchzahn und zwar morgens und abends. Verwenden Sie eine Kinderzahnbürste mit kurzen, sehr weichen Borsten und einen Hauch Kinderzahnpaste. Nach dem zweiten Geburtstag dürfen Sie morgens nach dem Frühstück und abends nach dem Abendessen eine erbsengroße Menge Kinderzahnpaste verwenden. Als Faustregel sollte die Portion so groß sein wie der Nagel des kleinen Fingers Ihres Kindes.

Kaufen Sie bitte neutral schmeckende Zahnpasten. Schmecken diese süß, werden Kinder dazu verleitet, sie zu essen, was vermieden werden sollte. Die Deutsche Gesellschaft für Zahn, Mund und Kieferheilkunde (DGZMK) empfiehlt Kinderzahnpaste mit 500 ppm Fluorid (siehe Tubenaufdruck),

um die Zähne widerstandsfähiger gegen Säureangriffe zu machen. Fluoride werden heute individuell dosiert. Fragen Sie Ihren Kinderzahnarzt danach.

Altersgemäß kauen Kinder auf Zahnbürsten herum bis sie mit etwa drei Jahren mit Putzbewegungen auf den Kauflächen beginnen. Kaufen Sie am besten zwei Zahnbürsten: eine für die Zahnpflege durch Sie und eine für die Zahnputzversuche Ihres Kindes. Beide Zahnbürsten sollten spätestens alle drei Monate gewechselt werden.

Eine elektrische Kinderzahnbürste kann schon ab dem Kleinkindalter verwendet werden, tauschen Sie auch hier den Putzkopf regelmäßig. Sobald sich die Lücken zwischen den Zähnen geschlossen haben, sollte auch Zahnseide zum Einsatz kommen. Lassen Sie sich von Ihrem Kinderzahnarzt die Handhabung zeigen.



## Gewusst wie

Die meisten Zahnärzte vermitteln Kindern die KAI<sup>plus</sup>-Systematik: K steht dabei für die Kauflächen, A für die Außenflächen, I für die Innenflächen und das PLUS für „Eltern putzen die Zähne ihres Kindes von allen Seiten sauber“. Ab dem vollständigen Milchgebiss sollte Ihr Kind die KAI-Zahnputzsystematik üben dürfen. Es versucht Stück für Stück, alle Zähne von allen Seiten mit der Zahnbürste zu erreichen – am besten nach dem Frühstück und nach dem Abendessen.



Den Mund weit öffnen und auf den **K**auflächen mit kurzen Bewegungen hin- und herbürsten. Am besten erst im Unterkiefer, dann im Oberkiefer.



Die Zähne aufeinander stellen und mit der Zahnbürste Kreise auf die **A**ußenflächen malen. Erst vorne und dann rechts und links.



Auf den **I**nnenflächen die Zahnbürste von Rot nach Weiß (vom Zahnfleisch zu den Zähnen) bewegen. Vorne die Bürste einen Kopfstand machen lassen (= senkrecht halten).



**Quer:** Kommt im Alter von circa sechs Jahren der erste bleibende Backenzahn, versteckt er sich zunächst hinter den vorhandenen Milchzähnen und ist beim Hin- und Herputzen auf den Kauflächen schwer erreichbar. Bis er die gleiche Größe wie die anderen Zähne erreicht hat, sollte deshalb die Zahnbürste hinten quer angesetzt werden: Putzen Sie den Schulzahn besonders gründlich hin und her – im Ober- und Unterkiefer, denn mit ihm soll Ihr Kind ein Leben lang gut kauen können.



## Trinken, wie und was

Babys kommen ohne Bakterien im Mund auf die Welt und erst im Laufe der ersten Monate entsteht die Mundflora. Eine Ansteckung mit Kariesbakterien lässt sich nicht verhindern. Das ist auch unproblematisch, solange sich diese im Gleichgewicht mit allen anderen Mundbakterien (circa 700 verschiedene Arten) befinden.

Hauptversorger für das massive Überwuchern der Kariesbakterien ist der Zucker. Aus diesem wird die Grundsubstanz des Zahnbelages (Plaque) gebildet, in der sich dann die Bakterien explosionsartig vermehren und so das gesunde Gleichgewicht stören.

Sogar in der Muttermilch befindet sich Zucker. So gesund diese auch ist: Aus Sicht des Kinderzahnarztes sollte hier kein Dauer-Selbstbedienungsladen geöffnet sein. Insbesondere nächtliches Stillen und dabei gemeinsames Einschlafen sind auf Dauer nicht weniger schädlich als ständiges Nuckeln an Fläschchen, bei denen gesüßte Tees, Fruchtsäfte, Schorlen, Eistees und Limonaden über längere Zeit die Zähne umspülen. Die Flasche ist kein Beruhigungsmittel und keine Einschlafhilfe!

Auch leicht gesüßte Milch- und fast alle Instant-Produkte können eine verheerende Wirkung haben. Sie enthalten Kohlenhydrate, die von den Plaquebakterien zu Säure zersetzt werden und so die Zähne angreifen.

Geben Sie Ihrem Kind lieber Leitungswasser (Babys: abgekochtes Leitungswasser) und/oder ungesüßten Roibusch- und Kräutertee zu trinken und das am besten so früh wie möglich aus einem normalen Becher oder einer Tasse – ohne Schnabel- oder Flaschenaufsatz.

### Schnuller & Co.

**Der Schnuller ist aus zahnmedizinischer Sicht besser als der Daumen geeignet, denn er lässt sich später einfacher abgewöhnen. Verwenden Sie einen kiefer- und altersgerechten Beruhigungssauger, bleiben Sie immer bei der kleinsten Schnullergröße und versuchen Sie den Gebrauch des Schnullers spätestens ab dem zweiten Geburtstag zu reduzieren. Die Schnullerfee sollte ihn dann im dritten Lebensjahr endgültig abholen.**



## So bleiben Zähne gesund

Am Putzen führt kein Weg vorbei, bleiben Sie bitte konsequent und suchen statt Druck oder Drohungen lieber einen spielerischen Weg. Verpacken Sie das Putzen in eine Geschichte. Ältere Kinder sind beeindruckt von angefärbten Zahnbelägen, die Putzdefizite zeigen. Setzen Sie diese aber nicht als tägliche Unterstützung ein. Verankern Sie das Putzen frühzeitig im abendlichen Ritual zwischen Schlafsachen anziehen und Gute-Nacht-Geschichte lesen.

Sie können und sollten Ihr Kind nicht von Süßigkeiten fernhalten. Besser ist es, das Naschen zu erlauben: Gönnen Sie sich und Ihrem Kind ein leckeres Dessert oder eine Handvoll Gummibärchen, ein Eis oder ein Stück Kuchen am Nachmittag. Naschen Sie bewusst mit Genuss und ohne schlechtes Gewissen in einer Portion statt ohne Überblick und mit schlechtem Gewissen in vielen kleinen Portionen über den ganzen Tag verteilt. Im Kindergarten oder in der Schule haben Süßigkeiten und zuckerhaltige Getränke nichts zu suchen.

Ältere Kinder können zwischendurch einen zuckerfreien Xylitol-Kaugummi kauen: Er regt die Produktion von Speichel an, der die Säuren im Mund abpuffert und zur Zahngesundheit beiträgt.

Ist ein bleibender Zahn im Mund erschienen, sollten Kinder anfangen, Junior-Zahnpaste mit einem höheren Fluoridgehalt von 1.000 bis 1.500 ppm zu verwenden. Der Zahnschmelz ist bei den neuen Zähnen zunächst noch nicht vollständig durchgehärtet und sollte bei den regelmäßigen Prophylaxebesuchen beim Kinderzahnarzt zusätzlich fluoridiert werden.

Bei Kindern mit erhöhtem Kariesrisiko, Putzmuffeln oder Bracketträgern können Extraanwendungen erforderlich sein, wie die Anwendung fluoridhaltiger Lacke, Gele oder Spüllösungen und die professionelle Zahnreinigung in der Kinderzahnarztpraxis. Fragen Sie dort nach den für Ihr Kind nötigen, zusätzlichen Prophylaxemaßnahmen.





## Milchzähne: Mehr als Lückenfüller

Milchzähne sind wichtig für die Zerkleinerung der Nahrung, zum Sprechen und als Platzhalter für die bleibenden Zähne. Das erste Stadium der Karies ist als weißer Fleck auf den Milchzähnen Ihres Kindes sichtbar und noch ausheilbar.

Löcher in den Milchzähnen lösen bei Ihrem Kind Zahnschmerzen aus. Deswegen ist es wichtig, dass Sie beziehungsweise Ihr Kinderzahnarzt die Karies früh erkennen und diese behandelt wird. Milchzähne müssen versorgt werden, um sie zu erhalten, bis die „Nachfolger“ kommen.

Infektionen, die von Milchzähnen ausgehen, können das Allgemeinbefinden von Kindern stark beeinträchtigen. Wenn sich an der Wurzelspitze eines Milchzahnes eine Entzündung entwickelt, kann das zu Verfärbungen oder Missbildungen an den bleibenden Zähnen führen – auch wenn diese noch gar nicht sichtbar sind. Kaputte Milchzähne können den Durchbruch des bleibenden Zahnes behindern und zu Vereiterungen des Kieferknochens führen.

Wenn ein Milchzahn schon weit durch Karies zerstört ist und er mit einer Kunststofffüllung nicht mehr aufgebaut werden kann, können Kronen im Seiten- und Frontzahnbereich eingesetzt werden.

Fällt ein Milchzahn zu früh aus (mehr als ein Jahr vor dem Durchbruch des nachfolgenden bleibenden Zahnes), verlieren oftmals die Nachbarzähne an Halt und drängen in die entstandene Lücke. Für die neuen Zähne im Seitenzahnbereich kann es eng werden. Deshalb kann es wichtig sein, einen festsitzenden oder herausnehmbaren Platzhalter einzuliefern. Fehlende Milchzähne können die Funktion und Entwicklung des gesamten Kauorgans sowie die Sprachentwicklung stören oder auch zu Hänseleien führen.

Verlieren Kinder durch Unfall, Krankheit oder Karies mehrere Zähne, ist es wichtig, dass Nahrungsaufnahme und Aussprache gewährleistet bleiben. Durch zierliche Kinderprothesen aus Kunststoff werden die Kau- und Abbeißfunktionen wieder hergestellt.

Dauert die Behandlung lang oder ist das Kind sehr ängstlich, kann eine Vollnarkose nötig sein. In vielen Fällen ist der Einsatz von Lachgas eine schonende und sichere Alternative. Sie kann in Kombination mit einer lokalen Betäubung bereits bei kleinen Kindern eingesetzt werden. Auch der Einsatz von Hypnose hat sich bewährt. Durch verschiedene Techniken, die der Begleitperson oft gar nicht bewusst werden, kann das Kind angenehm durch die Zahnbehandlung geführt werden.



## Zahnfee im Einsatz

Beim Zahnwechsel wird durch den nachfolgenden bleibenden Zahn die Milchzahnwurzel aufgelöst – der Milchzahn wackelt und fällt aus. Ist der bleibende Zahn verlagert oder nicht angelegt, lockern sich die Milchzähne nicht von allein. Dann hilft der Zahnarzt.

Die Wackelzahnzeit kann mit vier Jahren starten – andere verlieren erst nach der Einschulung ihre ersten Milchzähne. Wackelzähne verabschieden sich meist beim beherzten Biss ins Brötchen oder beim Wackeln daran – die Befürchtung, dass sich Kinder in der Nacht daran verschlucken, ist unbegründet. Merken Kinder und Erwachsene, dass ein Zahn wackelt, ist er aus Sicht des Zahnarztes schon so locker, dass dem Herauswackeln mithilfe der Finger nichts entgegensteht. Die Mär mit Faden an der Türklinke lassen Sie aber bitte im Reich der Fantasie. Und denken Sie daran: Zahn unters Kopfkissen legen, damit die Zahnfee diesen gegen ein Geschenk tauschen und in einer Dose sammeln kann.

Meist zwischen dem sechsten und achten Lebensjahr bricht der erste große Backenzahn oft unbemerkt hinter den Milchzähnen durch. Denken Sie bitte an das auf Seite 8 beschriebene „Querputzen“ der neuen bleibenden Backenzähne!

Kommen die ersten bleibenden Schneidezähne, sind viele Eltern überrascht, wie groß diese neben den kleineren Milchschneidezähnen wirken. Mit fortschreitendem Zahnwechsel relativiert sich der Anblick wieder.

### Zeit für die Neuen

Die Wechselzeiten der einzelnen Zähne sind individuell, bitte nehmen Sie diese nur als groben Anhaltspunkt:

6 Jahre	1. großer Backenzahn
6 bis 8 Jahre	Mittlere Schneidezähne; als erstes wechseln die unteren, etwa ein halbes Jahr später die oberen
8 bis 9 Jahre	Seitliche Schneidezähne
9 bis 11 Jahre	Eckzahn im Unterkiefer
10 bis 12 Jahre	1. kleiner Backenzahn
11 bis 13 Jahre	Eckzahn im Oberkiefer und 2. kleiner Backenzahn
12 bis 14 Jahre	2. großer Backenzahn (der „Siebener“)
17 bis 30 Jahre	3. großer Backenzahn (der „Achter“, Weisheitszahn)

Nun ist das Erwachsenenengebiss mit maximal 32 Zähnen komplett.



## Ärger im Anmarsch, oder nicht?

Endlich sind die oberen mittleren Schneidezähne da – und dann das: eine große Lücke. Kein Grund zur Besorgnis, die haben ganz viele Kinder. Oft schließt sie sich spontan, spätestens dann, wenn die bleibenden Eckzähne erscheinen.

Zacken an den Zähnen sind normal. Es sind die Ausläufer der Wachstumsrillen und sie erleichtern den Durchbruch durch die Schleimhaut. Sie reiben sich teilweise noch ab – aber nur im Rahmen der täglichen Belastung.

Nächtliches Zähneknirschen oder -pressen kann verschiedene Ursachen haben. Manchmal spielt Stress eine Rolle: Ärger im Kindergarten, ein Streit der Eltern ... Vielfach hilft es, wenn Ihr Kind sich tagsüber viel bewegen darf. Eine entspannende Gute-Nacht-Geschichte oder gar Autogenes Training für Kinder können ebenfalls helfen. Ob überhaupt ein Behandlungsbedarf besteht, besprechen Sie am besten mit Ihrem Kinderzahnarzt.

Backenzähne haben Grübchen, Rillen und Furchen, wodurch sie sich schwer reinigen lassen. Dieses Relief ist bei jedem Menschen unterschiedlich ausgeprägt. Abhängig davon und von der bisherigen Kariesanfälligkeit empfiehlt sich, diese Eintrittspforten für die Karies kurz nach dem Durchbruch zu verschließen (Fissurenversiegelung). Je nach Beschaffenheit kann diese Maßnahme auch für andere Zähne ratsam sein.

Ist ein bleibender Zahn, wie etwa der seitliche obere Schneidezahn, gar nicht angelegt, kann das unschön aussehen, da die Symmetrie gestört ist. Klären Sie mit Ihrem Kinderzahnarzt, wie die Lücke geschlossen werden kann.

Egal, was Ihnen außergewöhnlich vorkommt, gemeinsam mit Ihrem Kinderzahnarzt werden Sie eine Lösung für das Problem finden. Außergewöhnliche Fälle kann er mit seinen Kollegen im engen Netzwerk des Bundesverbandes der Kinderzahnärzte diskutieren.



## Zahnunfall: Jede Minute zählt!

Mit dem Roller gestürzt oder beim Sport unglücklich zusammengedrallt – schneller als gedacht, ist ein Zahn gelockert, abgebrochen oder ausgeschlagen. Kinder toben gern und können Gefahrensituationen oft nicht richtig einschätzen.

Mit einfachen Vorsichtsmaßnahmen kann die Unfallgefahr vermindert werden. Oftmals reicht es schon, wenn Sie mit Ihrem Kind über mögliche Gefahrensituationen sprechen und richtige Verhaltensweisen einüben. Wer außerdem beim Sport auf eine gute Ausrüstung seines Kindes achtet, hat schon viel zur Unfallverhütung beigetragen. Übrigens: Kinder, die sich viel bewegen, laufen weniger Gefahr, sich zu verletzen! Ist dennoch ein Zahnunfall passiert, können Sie durch richtiges Verhalten den Schaden deutlich reduzieren:

1. Bewahren Sie Ruhe und handeln Sie überlegt!
2. Bei starker Blutung auf Gaze oder Stofftaschentuch beißen, äußerlich kühlen.
3. Je nach Zahnverletzung:
  - **Zahn stark gelockert oder verschoben:** Situation belassen und nicht am Zahn manipulieren. Nur vorsichtig zusammenbeißen.

- **Zahn abgebrochen oder ausgeschlagen:** Suchen Sie unbedingt den Zahn und fassen Sie nur die Zahnkrone, jedoch nicht die Zahnwurzel an. Niemals den Zahn reinigen, auch wenn er verschmutzt ist. Zahn so schnell wie möglich (innerhalb von 20 Minuten!) feucht lagern, am besten in einer speziellen Zahnrettungsbox (über Zahnarztpraxis oder Apotheke erhältlich). Die Gewebe auf der Zahnwurzel dürfen nicht austrocknen! Alternativen wie gekühlte fettarme H-Milch (Sterilmilch) oder isotone Kochsalzlösung (Arzt/Apotheke, nicht selbst mischen) sind nur für sehr kurze Zeit verwendbar und es ist mit schlechteren Heilungsergebnissen zu rechnen.
4. Suchen Sie möglichst rasch einen Zahnarzt oder eine Zahnklinik auf: Je schneller der Zahn wieder eingesetzt wird, desto höher ist die Chance, dass dieser wieder anwächst! Sind Milchzähne ausgeschlagen, werden sie nicht zurück in das Zahnfach gesetzt, da die Gefahr zu groß ist, den darunter liegenden bleibenden Zahn zu beschädigen.
  5. Bitte suchen Sie auch bei einem Trauma im Milchgebiss Ihren Kinderzahnarzt auf!



## Wie finden Sie den Kinderzahnarzt Ihres Vertrauens?

Alle Zahnärzte können Kinder behandeln. Doch kinderzahnärztliche Teams sind speziell dafür ausgebildet, mit Kindern und ihren Ängsten umzugehen. Kinderzahnärzte behandeln vorwiegend kleine Kinder, aber auch ältere und Jugendliche, die extrem ängstlich sind oder Zahnprobleme haben, die eine aufwändige Therapie erfordern.

Eine Kinderzahnarztpraxis ist in erster Linie auf Prophylaxe orientiert, denn vorbeugen ist besser als heilen. Durch regelmäßige Besuche in der „Zahnputzschule“ der Kinderzahnarztpraxis macht Ihr Kind erste positive Erfahrungen. Sollte trotzdem mal eine Behandlung notwendig werden, sind diese guten Erfahrungen wie eine Schutzimpfung gegen Angst.

Um den Besuch so angenehm wie möglich zu gestalten, sind die Praxen kindgerecht eingerichtet. Ansprache, Umgang und die zahnmedizinische Versorgung sind auf die speziellen Bedürfnisse ausgelegt. Während der Behandlung wird Ihr Kind spielerisch angeleitet und in einer verständlichen Sprache an die verschiedenen Prophylaxemaßnahmen, Behandlungsmethoden und -geräte herangeführt: Beruhigende Geschichten, positive Begriffe wie „Zauberluft“ für Lachgas, „Schlafsaft für den Zahn“ (Lokalanästhesie), Hypnose oder ein Kinderfilm entspannen. So schaffen Sie die Grundlage dafür, dass Ihr Kind ein Leben lang angstfrei zum Zahnarzt geht.

Bitte suchen Sie einen Kinderzahnarzt in Ihrer Nähe, zum Beispiel beim Bundesverband der Kinderzahnärzte unter [www.kinderzahnaerzte.de](http://www.kinderzahnaerzte.de). Die Mitglieder des Verbandes haben alle eine Zusatzqualifikation für die Behandlung von Kindern. Wenn es keinen Kinderzahnarzt in Ihrem Ort gibt, suchen Sie nach einem Zahnarzt, dessen Praxis sich durch einen freundlichen Umgang mit Kindern auszeichnet. Erkundigen Sie sich bei Freunden, wo sie gute Erfahrungen gemacht haben.

### Ein guter Kinderzahnarzt ...

- hat ein auf Kinder geschultes Praxisteam
- ist schon im Wartezimmer mit Spielzeug gerüstet
- behandelt in hellen kinderfreundlichen Räumen
- ist nett, nimmt sich Zeit und geht individuell auf die Bedürfnisse Ihres Kindes ein
- spricht direkt mit Ihrem Kind
- legt Wert auf Vorsorgeangebote wie die Zahnputzschule oder eine Ernährungsberatung
- ist ein guter Partner für Sie, damit die Zähne Ihres Kindes gesund bleiben

### Herausgeber

Bundesverband der Kinderzahnärzte  
Baierbrunner Str. 87  
81379 München

Telefon: 089 74746516

Internet: [www.kinderzahnärzte.de](http://www.kinderzahnärzte.de)

### Redaktion

FRESH INFO +++

Internet: [www.fresh-info.de](http://www.fresh-info.de)

### Fotografie

Uwe Geissler



Bundesverband der  
Kinderzahnärzte