

AKTION MUNDGESUNDHEIT 2012:

Experimentieren im Klassenzimmer

Jugendliche für das Thema Zahnpflege begeistern – das ist das Ziel der diesjährigen Aktion Mundgesundheits. Auf spielerische Weise vermittelt die Kampagne Wissen – spannende Experimente motivieren, die Zähne gut zu pflegen.

Erstmals seit Jahrzehnten nimmt Karies bei Jugendlichen wieder zu. Für die Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO, Swiss Dental Hygienists und elmex®-Forschung Grund genug zu handeln: Die Aktion Mundgesundheits 2012 konzentriert sich auf die Zielgruppe der 12- bis 16- Jährigen.

Prophylaxeunterricht einmal anders

Durch Tüfteln und Experimentieren lernen Oberstufenschülerinnen und -schüler mehr zum Thema Mundgesundheits. Was passiert, wenn wir ein hartgekochtes Ei mit Schale in Orangensaft einlegen und es dann mit einer Zahnbürste putzen? Verändert sich etwas, wenn ich dabei Weissmacher-Zahnpaste benutze? Und wenn ich das Ei in Mineralwasser lege? Die Experimente zeigen, wie bestimmte Nahrungsmittel oder auch Zigarettenrauch auf die Zähne wirken. Auf diese Weise sollen die Jugendlichen stärker für die richtige Mundhygiene und eine zahngesunde Ernährung sensibilisiert werden.



Was stellt ein Energy Drink mit dem Zahnschmelz an?
Das Ei-Experiment klärt auf. (Foto: Michael Brönnimann)

> **322'250** Dank dem SRK-Projekt «Augenlicht schenken», unterstützt von der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft SSO, konnten letztes Jahr 322'250 blinde Menschen in Afrika und Asien wieder sehen. Möchten auch Sie das Projekt unterstützen? Mehr erfahren Sie auf der nächsten Seite.

>> Fortsetzung auf Seite 2

Wie die neuen Zahlen zur Verbreitung von Karies im Kanton Basel-Land zeigen, wissen Jugendliche oft zuwenig, was sie für gesunde Zähne tun müssen. Insbesondere die Ernährungsgewohnheiten führen zu Zahnproblemen wie Karies oder Erosionen. Die Kampagne setzt am richtigen Ort an: Viele Gemeinden haben nämlich die schulische Kariesprophylaxe in der Oberstufe reduziert oder gar ganz abgeschafft. Was aber nicht regelmässig geübt wird, geht schnell vergessen...



Mundgesundheits Schweiz
Santé buccale en Suisse
Salute orale in Svizzera

Aktion Mundgesundheits Schweiz 2012

Unterricht mit Biss? Auf der Homepage www.mundgesund.ch finden Lehrpersonen und Schulzahnpflege-Instruktorinnen Materialien für einen spannenden Unterricht zum Thema Mundgesundheits. Auf der Homepage gibt's neben Filmen und wertvollen Informationen noch mehr: Über einen Online-Wettbewerb gelangen die Jugendlichen direkt auf die Facebook-Seite «Keep smiling», wo sie ihrer Kreativität freien Lauf lassen können – schauen Sie rein!

Die Aktion Mundgesundheits wird alle zwei Jahre durchgeführt. Ziel der Präventionskampagne ist die Förderung und der Erhalt der oralen Gesundheits in allen Altersgruppen und sozialen Schichten der Schweizer Bevölkerung.

HILFSPROJEKT

Zahngold macht blinde Menschen wieder sehend!

Zahngold gegen Blindheit – wie funktioniert das? Tatsächlich kann eine kleine, entnommene Goldplombe das Schicksal eines blinden Menschen zum Guten wenden. Möglich macht dies das Projekt «Augenlicht schenken» des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK und der Zahnärztinnen und Zahnärzte SSO.

Annette Godinez, SRK

Wer selber den grauen Star operieren lassen musste, weiss es: Das Glück ist nicht zu fassen, wenn das Auge nach der kurzen Operation wieder gut sehen kann. Für die Menschen in den Einsatzländern des SRK – in Mali, Togo, Ghana, Nepal und Tibet – grenzt diese Erfahrung an ein Wunder. Endlich sind sie in ihrem beschwerlichen Alltag nicht mehr pausenlos auf Hilfe angewiesen, endlich können sie wieder Wasser holen, kochen, auf dem Feld arbeiten und mithelfen, die Familie zu ernähren. «Ich bin so dankbar für dieses Geschenk», sagte die 59-jährige Sunita nach der Operation in einem Augencamp in Nepal. «Es ist wie der Beginn eines neuen Lebens.»

Seit 30 Jahren sammeln das SRK und SSO-Zahnärztinnen und -Zahnärzte gemeinsam Zahngold, um damit möglichst vielen blinden und sehbehinderten Menschen in Afrika und Asien zu helfen. Der Erlös aus den eingeschmolzenen Edelmetallen wird ausschliesslich für augenmedizinische Projekte

eingesetzt. Auch Schmuckstücke können zugunsten von «Augenlicht schenken» gespendet werden. Gut erhaltene Stücke werden nicht eingeschmolzen, sondern über den Internetshop des SRK oder an besonderen Anlässen weiterverkauft. «So lässt sich doppelt Freude schenken», sagt Beatrix Spring, die das Projekt seit den Anfängen leitet. «Ein Chetteli, das vielleicht lange in einer Schublade lag, findet eine neue Besitzerin und schenkt so mit dem Erlös einem Menschen neues Augenlicht.»

Die Augenoperationen werden in mobilen Camps oder in einfachen Gesundheitsstationen durchgeführt. Dabei helfen viele lokale Rotkreuzfreiwillige mit, auch Schülerinnen und Schüler. Sie lernen dabei viel. Die Erwachsenen klären in den Dörfern über Krankheiten auf, führen Sehtests durch und leiten Erkrankte an einen Augenarzt weiter. Durch diese Präventionsarbeit können Augenleiden oder Sehfehler frühzeitig erkannt und behandelt werden.

Schenken auch Sie Augenlicht!

Fingerringe, Chetteli, Armreifen, Ohrhinge, Broschen und vieles mehr können für «Augenlicht schenken» gespendet werden. Bereits 50 Franken ermöglichen eine Operation! Senden Sie Ihren Schmuck gut verpackt per Post an: SRK «Augenlicht schenken», Rainmattstrasse 10, 3001 Bern. Bitte geben Sie Ihren Absender an, damit der Empfang bestätigt werden kann.

Mehr Infos zum Projekt:
www.redcross.ch/altgold

Schmuck-Shop des SRK:
www.redcross-gold.ch





Nach der Operation gehen diese einst blinden nepalesischen Patienten sehend nach Hause – dank gespendetem Zahngold und Schmuck aus der Schweiz. (Foto: Beatrix Spring)



Als langjährige Projektleiterin beim Schweizerischen Roten Kreuz setzt sich Beatrix Spring gegen Armutsblindheit ein.

Drei Fragen an SRK-Projektleiterin Beatrix Spring

Weshalb erblinden in Entwicklungsländern so viele Menschen?

In den Randregionen, wo wir arbeiten, gibt es kaum Ärzte, Optiker und Medikamente. So können behandelbare Krankheiten wie zum Beispiel der graue Star – die Hauptursache von Armutsblindheit – zum Erblinden führen. Die Familien leben zudem unter einfachsten hygienischen Bedingungen. Ansteckende Krankheiten breiten sich rasch aus.

Warum setzen sich Zahnärzte für blinde Menschen ein?

Die Idee von «Augenlicht schenken» geht zurück auf den inzwischen verstorbenen SSO-Zahnarzt Max Schatzmann. Er wollte mit dem extrahierten Zahngold aus seiner Praxis etwas Sinnvolles tun. Weil Blindheit derart einschneidende Folgen hat, hat er sich gemeinsam mit dem SRK und im Einverständnis mit seinen Patienten entschieden, das Zahngold zugunsten von blinden und sehbehinderten Menschen einzusetzen.

Was motiviert Sie bei «Augenlicht schenken» am meisten?

Bereits mit 50 Franken kann der graue Star operiert und ein Auge wieder sehend gemacht werden. Dass mit so wenig Geld einem Menschen eine neue Zukunft geschenkt werden kann – das ist für mich und das Augenlicht-Team absolut beglückend und motivierend.



Sehtests in Schulen helfen, Augenleiden frühzeitig zu erkennen. (Foto: Hilde Eberhard, Uster)

Kurzmeldungen

Zahnbürsten-Abo

Zahnbürsten müssen regelmässig ausgewechselt werden, sonst werden sie zum Tummelplatz für Bakterien. Für Vergessliche gibt es Zahnbürsten-Abos: Mehrere Unternehmen schicken Ihnen auf Wunsch regelmässig eine neue Zahnbürste nach Hause. Auf Google finden Sie unter dem Stichwort «Zahnbürstenabo» das passende Angebot.

Schädliche Sportgetränke

Während des Trainings trinken viele Sportler isotonische Getränke. Diese schaden den Zähnen: Sie enthalten Säuren, die den Zahnschmelz angreifen. Kalzium im Getränk und gründliches Nachspülen mit Wasser vermindern den Schaden!

Frauen investieren mehr

Eine SSO-Publikumsumfrage zeigt: Den Schweizerinnen ist das Aussehen der Zähne wichtiger als ihren männlichen Mitbürgern. Entsprechend pflegen Frauen ihre Zähne auch häufiger, gehen regelmässiger zur zahnärztlichen Kontrolle und verwenden öfter Zahnseide und Mundspülungen.

Gefährliche Zahnfleischtaschen

Der Zahn wird durch Fasern im Knochen verankert. Ist dieser Faserapparat zerstört, tritt eine «Tasche» an seine Stelle, die sich mit Bakterien füllt. Falls diese Krankheit lange unerkannt bleibt oder nicht behandelt wird, lockern sich die Zähne und fallen schliesslich aus. Regelmässige Kontrolluntersuchungen beim Zahnarzt schützen davor!

Zahnschmuck

Damit Schmuck an den Zähnen befestigt werden kann, müssen diese oft angeschliffen oder angebohrt werden. Davon raten SSO-Zahnärzte ab. Besser ist es, Zahnschmuck nur aufzukleben. Geschmückte Zähne müssen sorgfältig gereinigt werden, da sich Zahnbelag an den Schmuckrändern besonders leicht ansetzen kann.

Mehr zu diesen Themen:

www.sso.ch

RATGEBER

Versicherung für Zahn- und Kieferkorrekturen?

Heute unterzieht sich mehr als die Hälfte aller Kinder und Jugendlichen einer Zahnkorrektur. Das langwierige Verfahren zahlt sich für die jungen Menschen aus, kann aber teuer werden. Die SSO empfiehlt den Eltern, frühzeitig eine Zusatzversicherung für Zahn- und Kieferkorrekturen abzuschliessen.

Zahn- und Kieferkorrekturen verhelfen nicht nur zu einem schönen Lächeln, sie dienen auch der Gesundheit. Denn Kieferfehlstellungen können Karies begünstigen oder Kau- und Schluckprobleme verursachen. Oft sind Korrekturbehandlungen teuer, sie können über die Jahre 10'000 Franken und mehr kosten.

Zusatzversicherung frühzeitig abschliessen

Zahn- und Kieferkorrekturen sind oft nötig, werden aber von der obligatorischen Grundversicherung nicht gedeckt. Daher kann es sich lohnen, eine

Zusatzversicherung abzuschliessen, welche die Kosten einer solchen Behandlung zumindest teilweise übernimmt. Fragen Sie bei Ihrer Kasse ausdrücklich nach einem Versicherungsschutz für Zahn- und Kieferkorrekturen, denn allgemeine Zahnbehandlungsversicherungen zeichnen sich häufig durch hohe Prämien und magere Leistungen aus. Zudem lohnt es sich, die Kinder ab einem Alter von vier Jahren zu versichern: Der Fachmann kann bereits im Kindergartenalter erkennen, ob eine Zahnspangenbehandlung nötig sein wird. Dies kann dazu führen, dass die Kasse das Aufnahmegesuch ablehnt.

CARTOON



Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft
Société suisse des médecins-dentistes
Società svizzera odontoiatri
Swiss Dental Association

SSO

Unsere Zahnärzte.

Impressum Zentrale Informationskommission, Etienne Barras/Presse- und Informationsdienst SSO, Postfach, 3000 Bern 8 Redaktion Felix Adank, Rahel Brönnimann
Grafisches Konzept atelierrichner.ch Layout Claudia Bernet, Bern
Gesamtherstellung Stämpfli Publikationen AG, Bern Bilder zvg Copyright SSO