

KINDERZAHNMEDIZIN

Gleiche Chancen auf gesunde Zähne



Kariesrisiko: Andauerndes Nuckeln an Schoppenflaschen mit zuckerhaltigen Getränken ist für die Beisserchen der Kleinen schädlich.

In den letzten 50 Jahren hat sich die Zahngesundheit der Schweizer Kinder und Jugendlichen deutlich verbessert: Entscheidend dazu beigetragen haben das Engagement der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft SSO für die Schulzahnpflege sowie die Fluoridierung der Zähne durch Mundhygiene und Ernährung. Dazu gehören das Zähnebürsten mit fluoridhaltigen Zahnpasten sowie die regelmässige Verwendung von fluoridiertem Speisesalz.

Trotz des Bemühens der SSO um gute Mundhygiene und Zahnprophylaxe haben heute rund 13 Prozent der zweijährigen Kinder in der Stadt Zürich bereits Löcher in den Zähnen. Bei den Siebenjährigen beträgt der Anteil sogar rund 50%. Bei Kindern aus dem ehemaligen Jugoslawien und Albanien ist der Anteil noch um einiges höher. Dies zeigt die jüngste Studie des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums (Obsan). Die Gründe für Karies bei Babies und Kindern: Andauerndes Nuckeln an Schoppenflaschen, schlechte Mundhygiene und der Genuss zuckerhaltiger Getränke. Eine gute Mundhygiene beginnt bei den Milchzähnen – die Formel ist einfach: Kein Zucker, keine Karies! Kinderzahnärzte

empfehlen, zuckerhaltige Speisereste innerhalb von zehn Minuten zu entfernen – eine weiche Kinderzahnbürste und etwas fluoridierte Kinderzahnpaste genügen.

>> Fortsetzung auf Seite 2

15 Fünfzehn Bilder pro Sekunde sind im Minimum nötig, damit unsere Augen keine Einzelbilder mehr, sondern eine filmische Bewegung wahrnehmen. Auch beim neuen Daumenkino der SSO mit dem Krokodil und dem zähneputzenden Vogel (siehe Profilierungskampagne 2009, «Kroki beim Zahnarzt») muss mindestens so schnell geblättert werden, damit die Illusion einer real ablaufenden Bewegung entsteht.

Eine sorgfältige Mundhygiene beginnt mit dem Durchbruch der ersten Milchzähne: Verantwortungsbewusste Eltern lassen ihr Kleinkind von da an periodisch von einem Zahnarzt untersuchen.

Warteliste für Narkose

Kinder und Jugendliche mit schlechten Zähnen – das muss nicht sein. Teresa Leisebach, Leiterin der Schulzahnklinik Winterthur, ist überzeugt: «Durch Früherkennung, Beratung und Förderung von Prophylaxemassnahmen lässt sich die Zahngesundheit der Kinder und Jugendlichen verbessern.» In enger Zusammenarbeit mit Fachstellen, Kinderkrippen und Mütterberaterinnen will sie besonders Eltern aus bildungsfernen Milieus motivieren, der Zahngesundheit ihrer Sprösslinge vermehrt Beachtung zu schenken. Hubertus van Waes von der Zürcher Universitätsklinik für Kinderzahnmedizin stellt fest, dass sich der Kariesbefall bei Kindern und Jugendlichen seit Ende der 90er Jahre auf einem tiefen Niveau stabilisiert hat. Viele Kinder müssten wegen mangelnder Kooperationsbereitschaft oder einer umfassenden Sanierung unter Narkose behandelt werden: «Unsere Warteliste reicht schon bis Ende Jahr!»

Die Behandlung der oft sehr ängstlichen kleinen Patienten kann aber auch durch andere Massnahmen erleichtert werden: So wurde die Berner Universitätsklinik für Kinderzahnmedizin kürzlich neu eingerichtet. Kinder dürfen im farbenfrohen Wartebereich und während der Behandlung fern-



Die Behandlung der oft ängstlichen kleinen Patienten verlangt Geduld und Einfühlungsvermögen. Zahnärzte SSO sind dafür speziell geschult.

sehen oder ihre Lieblings-DVD mitnehmen. Und falls es zu fest wehtut, können sie einen Knopf drücken, der den Bohrer sofort stoppt.

Geduld und Einfühlungsvermögen

Kinderzahnmedizin ist mehr als nur Löcher flicken: Alle Kinder und Jugendlichen, vom Säuglingsalter bis zum 16. Altersjahr, sollen gleiche Chancen auf gesunde Zähne und eine gute zahnmedizinische Betreuung erhalten. Speziell weitergebildete Kinder- und Familienzahnärzte behandeln nicht nur Karies, sondern auch Erkrankungen der Mundhöhle, ernsthafte Störungen der Zahnentwicklung, Entzündungen der Mundschleimhaut bei schweren Allgemeinerkrankungen

sowie kleinere und grössere Zahnunfälle. Die Weiterbildung erfordert nicht nur ein breites zahnmedizinisches Wissen, sondern auch medizinische, psychologische, pädagogische und soziale Kenntnisse. Die Behandlung von Kindern und Jugendlichen erfordert Geduld und Einfühlungsvermögen. Eine grosse Herausforderung für die Behandlung von Kindern stellt der Umgang mit Angst und Schmerz dar: Kinderzahnärzte müssen darin besonders erfahren sein.

Schweizerische Vereinigung für Kinderzahnmedizin (SVK)

Die SVK ist eine Fachgesellschaft der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft SSO und bezweckt die Förderung der Kinderzahnmedizin sowie der Schul- und Jugendzahnpflege in der Schweiz. Sie ermöglicht die berufliche Fortbildung durch Fachtagungen, Vorträge, Kurse und Publikationen. Durch gezielte Fort- und Weiterbildung können interessierte Zahnärzte den Weiterbildungsausweis SSO für Kinderzahnmedizin erwerben. Daneben fördert die SVK den Erfahrungsaustausch unter den Berufskolleginnen und -kollegen und pflegt eine enge Zusammenarbeit mit den kinderzahnmedizinischen Abteilungen der Universitäten und mit den Schulzahnkliniken.



Zahnhalssweh?

Beim Glaceessen zusammengezuckt? Schmerzen, wenn Sie kaltes Wasser trinken? Müssen Sie in der kalten Winterluft den Mund schliessen? Leute, die unter überempfindlichen Zahnhälsen leiden, können von diesen Symptomen ein Lied singen.

Der Zahn lebt! In seinem Innern befindet sich das lebendige Gewebe, aus dem er entstanden ist: das Zahnmark. Dieses enthält unter anderem Arterien, Venen und Nervenfasern, die von der Zahnmitte bis zur Oberfläche reichen und sich in winzigen Kanälen bis ins Dentin (Zahnbein) ausbreiten. In diesen Millionen von Kanälen verlängern Flüssigkeiten die Nervenenden. Diese Flüssigkeiten werden durch Wärme, Kälte oder auch Zucker transportiert und rufen eine Sensibilitätsreaktion hervor. Zum Glück sind die Mündungen dieser unzähligen Kanäle normalerweise durch den Zahnschmelz geschützt.

Karies ausschliessen

Am Zahnhals, wo der Zahnschmelz sehr dünn ist, und am Wurzelansatz, wo kein Zahnschmelz mehr vorhanden ist, können sich die Reize verstärkt bemerkbar machen – insbesondere bei Zahnhälsen mit Erosionen (Verlust von Zahnhartsubstanz durch Säureeinwirkung) oder mit Abrasionen (Verlust von Zahnhartsubstanz durch mechanische Einwirkung). Diese rühren meist von zu starkem Zähnebürsten, von zu harten Bürsten, zu hohem Bürstendruck oder der Verwendung von zu abrasiven (abtragenden) Zahnpasten her. Schliesslich sollte der Vollständigkeit halber die Überempfindlichkeit nach einer gründlichen Zahnsteinentfernung erwähnt werden. Empfindliche Reaktionen bei Karies treten hingegen erst dann auf, wenn bereits das Zahnmark angegriffen ist. Deshalb beginnt die Behandlung überempfindlicher Zahnhälse mit einer sorgfältigen Untersuchung und Röntgenaufnahmen.

Behandlungsmethode evaluieren

Es gibt keine allgemeingültige Lösung für überempfindliche Zahnhälse. Die professionelle Behandlung in der Zahnarztpraxis umfasst das Auftragen von Gels, Lacken oder imprägnierenden Lösungen. Die verschiedenen Methoden müssen nacheinander ausprobiert und eventuell wiederholt angewendet werden. Um die Behandlung sinnvoll zu ergänzen, empfiehlt Ihnen Ihre Zahnärztin, Ihr Zahnarzt SSO gerne spezielle Zahnpasten.

Wer unter empfindlichen Zahnhälsen leidet, der kann nicht so genüsslich Eis schlemmen wie der frühere US-Präsident Bill Clinton.

Speichel – das sehr spezielle «Mundwasser»

Der Speichel, diese unscheinbare Flüssigkeit, ist in Tat und Wahrheit ein äusserst kostbarer Saft. Seine Eigenschaften sind wissenschaftlich erhärtet: Die schützende Funktion des Speichels ist von grösster Bedeutung für Zähne und Zahnfleisch.

Der Speichel wird hauptsächlich von zwei Speicheldrüsenpaaren, den Ohrspeicheldrüsen und den Unterkiefer-speicheldrüsen sowie der Unterzungspeicheldrüse abgesondert. Daneben gibt es zahlreiche kleine Drüsen in der Mundschleimhaut. Der Speichel ist eine komplizierte Mischung aus Wasser, organischen Stoffen (Eiweisse, Harnstoff usw.) und anorganischen Elektrolyten und Mineralsalzen (Natrium, Kalzium, Phosphat, Karbonat usw.). Der Speichelfluss ist nicht konstant, er variiert je nach Stimulationsgrad, -art und -dauer. Zwischen den Mahlzeiten ist er stark verlangsamt und während des Schlafs fast ganz unterbrochen. In 24 Stunden werden zwischen 600 und 1000 ml Mundflüssigkeit produziert.



Kaugummi kauen regt den Speichelfluss an – ein natürlicher Schutz vor Karies.

Der Speichel erfüllt vielfältige Aufgaben, die für das physiologische Gleichgewicht im Mund wichtig sind. Seine schützende Funktion zeigt sich in seiner Fähigkeit, die Schleimhaut und die Flächen der Zähne zu benetzen, lösliche Nahrungsreste zu entfernen, eine blutstillende Wirkung zu entfalten und bakterielle und virale Infektionen sowie Pilzbefall zu bekämpfen. Der Speichel neutralisiert Säuren, die durch bakterielle Vergärung des in Nahrungsmitteln enthaltenen

Kurzmeldungen

Zahnfee

Wer vor dem Schlafengehen die ausgefallenen Milchzähne unters Kopfkissen legt, den besucht nachts die Zahnfee. Das Fabelwesen tauscht die Zähne gegen Goldmünzen; so will es ein populärer Mythos, der ursprünglich aus der angelsächsischen Folklore stammt. Auch heute ist es in Amerika und England noch vielerorts üblich, dass Eltern den Zahnausfall ihrer Kinder mit kleinen Überraschungen begleiten.

Milchzähne

Gesunde Milchzähne sind wichtig für das spätere Gebiss. Sind Milchzähne von Karies befallen, infizieren sie auch die nachstossenden bleibenden Zähne. Deshalb sollten Kinderzähne schon früh mit speziellen fluoridhaltigen Kinderzahnpasten geputzt werden. Verzichteten Sie auch auf gezuckerte Schoppenzusätze oder Breie, und tranken Sie die Nuggis der Kleinen nie in Honig oder Zucker!

Schnullern

Liebt Ihr Kind seinen Nuggi und schnullert pausenlos? Seien Sie wachsam, denn zu langes Schnullern – z.B. bis zum Alter von fünf Jahren – kann das richtige Wachsen der Kiefer- und Gebissknochen behindern. Dies kann dazu führen, dass die Schneidezähne nach vorne wachsen, und sogar Sprachfehler verursachen. Besser ist, Sie gewöhnen Kindern das Schnullern so früh wie möglich ab.

Ausspülen?

Fluoride in der Zahnpaste schützen Ihre Zähne vor Karies. Wenn Sie nach dem Zähneputzen Ihren Mund mit Wasser ausspülen, verringern Sie die Fluoridkonzentration auf ein unwirksames Mass. Spucken Sie nach dem Zähneputzen nur aus, so wirkt das Fluorid länger auf Ihre Zähne ein und schützt diese besser vor Karies.

Mehr zu diesen Themen:

<http://www.sso.ch>

Zuckers entstehen und schützt damit vor Karies. Dank seinen mineralischen Ionen trägt der Speichel ausserdem zur Remineralisation der Zähne bei. Zu Recht wird der Speichel aufgrund dieser Eigenschaften als natürliches «Gegengift» der Karies betrachtet. Zusätzlich bereitet er die Verdauung der Speisen vor, hilft bei der Lautbildung, ermöglicht die Geschmacksempfindung und ist Gleitmittel für den Kau- und Schluckakt. Die Fähigkeit des Speichels, Säure zu neutralisieren und die Zähne zu remineralisieren, steht in direktem Zusammenhang mit der Stimulierung der Speichelabsonderung. Die Speichelproduktion wird durch den Kauvorgang angeregt. Jede Erhöhung des Speichelflusses verringert das Kariesrisiko. Ein effizientes Stimulans ist zum Beispiel zahnschonender Kaugummi. Der Speichelfluss wird auch durch den Geschmack der Speisen beeinflusst (süss, salzig, bitter, sauer). Schliesslich gibt es noch weitere Faktoren, welche die Speichelabsonderung beeinflussen: das Alter, die Beschaffen-



Der Speichelfluss wird auch durch den Geschmack der Speisen beeinflusst.

heit der Speise (feste Nahrung regt stärker an) und eine ganze Reihe psychologischer und physiologischer Bedingungen. Auch Medikamente können den Speichelfluss verändern; wird er dadurch gehemmt, steigt das Kariesrisiko deutlich an.



Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft
Société Suisse d'Odonto-stomatologie
Società Svizzera di Odontologia e Stomatologia
Swiss Dental Association

SSO

Unsere Zahnärzte.

Impressum Zentrale Informationskommission, Etienne Barras/Presse- und Informationsdienst SSO, Postfach, 3000 Bern 8 Redaktion Felix Adank, Urs Laederach Grafisches Konzept atelierrichner.ch Layout Marianne Kocher Druck Stämpfli Publikationen AG, Bern Bilder Keystone Copyright SSO