

Frühkindliche Karies

Das Nachtfläschchen als Zahnkiller

Viel putzen, Wasser statt saure Säfte und Erwachsene, die als Vorbild fungieren. So bleibt das Gebiss von Kindern gesund.

VON UTE BRÜHL
UND GABRIELE KUHN

Die gute Nachricht: Kinder mit gesunden Zähnen werden in Österreich zum Glück immer mehr. Doch dafür müssen vor allem die Eltern viel tun. Was Kinderzahnärzte raten, damit die Milchzähne gesund bleiben.

? Warum bekommen schon sehr kleine Kinder Karies?

Kinderzahnärztin Irene Zifko kennt die häufigsten Ursachen: „Wenn Kinder häufig Süßes oder Säurehaltiges zu sich nehmen, wird der Zahnschmelz angegriffen. Putzen die Eltern ihren Kindern nicht zwei Mal am Tag die Zähne, ist Karies vorprogrammiert. Es ist also ein Zusammenspiel von schlechter Mundhygiene und falscher Ernährung.“

? Was müssen Eltern bei der Ernährung beachten?

Kinder dürfen Schokolade und Eis essen. „Wichtig ist aber, dass zwischen den Mahlzeiten eine Pause von ein paar Stunden ist, damit sich die Mundflora wieder neutralisieren kann. Haben die Kinder Durst, trinken sie am besten Wasser. Das reinigt auch die Zähne. Babys und Kleinkinder sollten sich keinesfalls angewöhnen, am Fläschchen oder nachts an der Brust dauerzunuckeln“, sagt Zifko. Auch Smoothies sind für die Zähne sehr schlecht.

? Was können Eltern tun, damit die Zähne ihrer Kinder von Anfang an gesund bleiben?

„Ganz wichtig ist es, dass Eltern weder Schnuller noch Löffel der Kleinkinder abschlecken. Karies ist eine Infektionskrankheit, und meist übertragen Eltern die Bakterien (Streptokokken). Deren Abbauprodukte sind Säuren, die den Zahnschmelz angreifen“, sagt Zifko.

? Wann beginnen Eltern mit der Zahnpflege ihrer Kleinen?



Lustvolles Zähneputzen: Zwei Mal täglich sollten Kinder Zähne putzen. Die Kleinen dürfen das zwar alleine machen – die Eltern müssen aber jedenfalls nachputzen

Sobald sich der erste Milchzahn zeigt, heißt es für die Eltern: „Zahnbürste kaufen und zwei Mal täglich dem Baby mit einer Fluorid-Zahnpaste die Zähne putzen. Diese stärkt zusätzlich den Schmelz.“ Selbst putzen können Kinder erst, „wenn sie in der Lage sind, in Schreibschrift zu schreiben. Denn erst dann ist die Feinmotorik so weit entwickelt. Sehr zu empfehlen sind elektrische Zahnbürsten.“

? Sollen Kinder Fluoridtabletten schlucken?

Zahnärzte raten davon ab. Das Fluorid wirkt nur so lange es im Mund ist. Zu kurz also.

? Was tun, wenn das Kind nicht Zähne putzen will?

„Die Eltern müssen sich da durchsetzen. Es geht schließlich um die Gesundheit ihres Kindes“, sagt Zifko.

? Wann ist der erste Besuch beim Zahnarzt angesagt?



Die Kinderzahnärzte empfehlen, schon beim ersten Zahn zur Kontrolle zu gehen. „Und dann in regelmäßigen Abständen wieder“, rät Zifko. „Wir können Karies nämlich viel früher als Laien oder Kinderärzte erkennen und das Kind entsprechend behandeln.“

? Müssen kaputte Milchzähne überhaupt saniert werden?

Kinderzahnärztin Zifko repariert schon das kleinste Loch: „Hat man erst einmal ein Loch, verbreitet sich Karies im Mund sehr schnell und befällt am Ende alle Zähne. Die Milchzähne sind zudem wichtige Platzhalter

Kleine Zähne: Große Wirkung

Aufbau Milchzähne sind anders aufgebaut als die von Erwachsenen – der Schmelzmantel ist dünner, die Kauflächen sind schmaler. „Die Zähne sind kleiner, da hat Karies ein leichtes Spiel“, sagt Nicoleta Dumitrescu, Leiterin des Bereichs Kinderzahnheilkunde an der Wiener Uni-Zahnklinik. Heißt: „Wenn nichts gegen die Karies unternommen wird, schreitet sie rasch fort und die Entzündung geht schnell an Nerv und Wurzel.“ Zerstörte Zähne müssen repariert oder entfernt werden, sie belasten den Organismus.

20 wichtige Zähnchen Das Milchzahngebiss besteht aus 20 Zähnen – im Ober- und Unterkiefer gibt's je zwei Schneidezähne, zwei seitliche Schneidezähne, zwei Eckzähne und vier Mahlzähne. Der erste Zahn kommt meist im Alter von sechs Monaten, die Schneidezähne brechen normalerweise zwischen dem 6. und 8. Monat durch. Mit ca. 2 1/2 bis 3 Jahren ist das Milchgebiss vollständig. Die kleinen Zähne sind sehr wichtig – als „Platzhalter“, aber auch zur Zerkleinerung der Nahrung und zum Sprechenlernen.

für die bleibenden Zähne.“ Weiße Flecken auf den Zähnen können ein Hinweis auf beginnende Karies sein.

? Ist es sinnvoll, die Fissuren der Zähne zu versiegeln?

Zahnärztin Irene Zifko hält „Versiegelungen für eine sehr gute prophylaktische Maßnahme an den 1. und 2. bleibenden Backenzähnen. Sie schützen diese Zähne an der Kaufläche vor Karies.“

? Sieht man in der Praxis häufig kaputte Milchzähne?

Zahnmedizinerin Renate Pellech sagt: „Das haben wir hier jeden Tag, die Zahnbürste hat sich leider nicht durchgesetzt. Und viele Erwachsene sind sich ihrer Vorbildfunktion nicht bewusst.“ Kinder brauchen aber ein Vorbild – und eine Anleitung.

? Wie nimmt man Kindern die Angst vor dem Zahnarzt?

„Bei kleinen Kindern in der präkooperativen Phase

fehlen die persönlichen Ressourcen, um sich behandeln zu lassen. Die Wahrnehmung von Schmerz ist sehr groß, sie haben auch keine Ausdauer“, erklärt Kinderzahnärztin Nicoleta Dumitrescu. Manche machen den Mund gar nicht auf. Eine Möglichkeit sei die Sanierung unter Dormicum – ein angstlösendes Mittel. Oder die örtliche Betäubung, aber nicht bei einem komplett kaputten Gebiss. Große Eingriffe sind nur in Vollnarkose möglich. Zifko weist darauf hin, „dass Kinderzahnärzte darin geschult sind, ängstliche Kinder zu behandeln.“

? Gibt es genetische Ursachen für Karies?

Ja, aber extrem selten. Da ist die Mineralisierung des Zahnschmelzes aufgrund genetischer Veranlagung gestört.

INTERNET

www.kinderzahnheilkunde-online.at/
www.zifko.com, www.zahn24.at

► Statistik

Immer mehr Kinder haben gesunde Zähne

Buben und Mädchen trinken häufig Softdrinks, die sehr süß und auch noch sehr zuckerhaltig sind – Gift für die Zähne. Dennoch haben Österreicher Kinder immer seltener Karies.

Das zeigt eine Studie, die vom Gesundheitsministerium in Auftrag gegeben wird. Seit 1996 werden Schüler der 1. Klasse Volksschule in regelmäßigen Abständen untersucht.

Erfreuliches Ergebnis: 1996 hatten nur sieben Prozent der österreichischen Taferlklassler ein völlig gesundes Gebiss. Mittlerweile haben 37 Prozent der Sechsjährigen gesunde Milchzähne. Ziel der Weltgesundheitsorganisation WHO ist es, dass 80 Prozent der Kinder kariesfrei sind.

Weniger erfreulich: Einige Kinder leiden an einer „starken kariösen Gebisszerstörung“, wie es in der

Studie heißt. Im Klartext: Sie haben ein völlig zerstörtes Gebiss, so dass die Zähne unter Vollnarkose gezogen werden müssen.

Armut in der Familie Genauso unerfreulich: Je ärmer eine Familie, desto wahrscheinlicher ist es, dass das Kind keine gesunden Zähne hat. Besonders unter Migranten ist das ein Problem, wie aus der Studie hervorgeht. Laut WHO muss es daher Ziel der

Gesundheitspolitik sein, dass sich die Vorsorge besonders auf Kinder aus Familien in schwierigeren Lebenslagen konzentriert.

Viele Zahnärzte fordern auch, dass die regelmäßige Kontrolle bei einem Facharzt in den Mutter-Kind-Pass aufgenommen wird. Zudem müssten schon die werdenden Mütter über die richtige Ernährung der Kinder und die richtige Vorsorge aufgeklärt werden.