

## ALLGEMEIN

Zwischen dem sechsten und dem zwölften Lebensjahr beginnen die Milchzähne auszufallen und die bleibenden Zähne kommen zum Vorschein. Hinter dem letzten Milchzahn kommen die bleibenden Zähne (gr. Backenzähne – Molaren) heraus, ohne dass vorher ein Zahn ausgefallen wäre. Ihre Pflege ist besonders wichtig, da die Zähne bis zum Lebensende halten sollten. Eine Fissurenversiegelung für diese Zähne ist daher unumgänglich, um die Kariesanfälligkeit zu minimieren.

## MUNDHYGIENESITZUNG

Eine professionelle - speziell auf Kinder abgestimmte - Mundhygiene und Aufklärung durch die Mundhygienikerin sollte heute genauso wie beim Erwachsenen üblich sein. Sie bringt nicht nur eine gute Zahnreinigung mit sich, sondern zeigt dem Heranwachsenden, dass man mit relativ wenig Aufwand viel erreichen kann.

Auch die Eltern werden von ihrem „IMMER BESSERWISSEN“ und „ICH HAB ES DIR SCHON SO OFT GESAGT“ entlastet.



med. univ. et med. dent  
**Dr. Walter Reisinger**

**Facharzt für Zahn-, Mund- & Kieferheilkunde**



## PROPHYLAXE & MUNDHYGIENE

## Kinder & Jugendliche



### PRIVAT-ORDINATION

2380 Perchtoldsdorf  
Anzengrubergasse 44

**Tel. 01/869 5005**

### ALLE KASSEN

1230 Wien  
Liesinger Platz 1, Top 52

**Tel. 01/86 33 777**

**ihr facharzt für zahn-, mund- & kieferheilkunde**

# MUNDHYGIENESITZUNG PROPHYLAXESITZUNG

## WAS KANN SIE:

- ☞ Entfernung von Belägen von Früchten, Tee, Kaffee etc.
- ☞ Entfernung von Plaque
- ☞ Entfernung von Zahnstein
- ☞ Polieren der Zahnoberflächen
- ☞ Spülungen der Zahnfleischtaschen und Interdentalräume
- ☞ Aufklärung d. Patienten über Ursachen u. Folgeschäden mangelnder Mundhygiene
- ☞ Aufzeigen individueller Verbesserungsmöglichkeiten der Putztechnik
- ☞ Ernährungsberatung für gesunden Mund und Zähne
- ☞ Einschulung über effiziente Pflege im Zahn-Mundbereich

## WICHTIGSTE VORAUSSETZUNG:

### *Bereitschaft und Willen des jungen Patienten.*

Nur die tägliche sorgfältige Reinigung bringt Erfolg. Zahnarzt und Mundhygienikerin können nur die Voraussetzungen zur effektiven Pflege schaffen, die der junge Patient selber durchführt. Eltern sollten immer wieder Ihre Kinder zur richtigen und täglichen Zahnpflege anhalten und selber ein gutes Beispiel sein. Bis ca. zum 10. Lebensjahr ist es empfehlenswert, dass die Eltern mindestens einmal pro Woche ihren Kindern die Zähne reinigen.

## PFLEGE

Das Zähneputzen sollte ca. 2 bis 3 Minuten lang dauern, immer in der Reihenfolge Kauflächen, Außen- und Innenflächen. Jeder Abschnitt wird dabei kreisförmig gebürstet und „gerüttelt“, um Zahnvertiefungen und Zahnzwischenräume gleichmäßig zu reinigen. Besser sind elektrische Zahnbürsten mit kleinem runden Bürstenkopf. Mit leicht rasch klopfenden Bewegungen auf den Zahn / das Zahnfleisch rotieren die Borsten selbstständig den Belag aus den Zahnzwischenräumen und Zahngrübchen heraus. Gleichzeitig werden Zahnhals und Zahnfleischrand mitgesäubert und massiert, und es ist auch an der Zeit, den Umgang mit Zahnseide zu lernen. Auch Mundspülungen gehören zu den täglichen Maßnahmen einer sorgfältigen Mundhygiene, die eine zusätzliche Desinfektion und Reinigung darstellt.

## ZAHN-VERSIEGELUNG

Einige Stellen an den Zähnen sind für Karies besonders gefährdet, z. B. Fissuren (zerklüftete Kauflächen der Backenzähne), Grübchen, Zahnzwischenräume, Zahnhäse und der Zahnfleischrand. Hier bleiben die meisten Essensreste haften und bilden Zahnbelag, in dem sich Bakterien aufhalten, die als Stoffwechsel-Produkt eine aggressive Säure ausscheiden, welche den Zahnschmelz angreift und Karies aber auch Zahnfleischentzündungen entstehen lassen. Deshalb müssen diese Bereiche besonders sorgfältig gereinigt werden. Besonders ist auch eine Versiegelung der Fissuren (erweiterte Fissurenversiegelung) anzuraten.

## FLUOR

Auch auf Fluoridtabletten oder fluoridierte Zahnpasta sollte nicht verzichtet werden. Karies-

Intensiv-Prophylaxe: 2x täglich Zähne mit fluorid-haltiger Zahnpasta putzen, 1x wöchentlich Intensiv-Fluoridierung mit Spülung oder Gel, 1x monatlich Fluorid-Lack oder fluoridiertes Speisesalz.

## ZAHNSPANGE

Besondere Pflege braucht ein Gebiss, das mit festsitzenden Zahnsparungen korrigiert wird. Unter den Bändern und Brackets wird der Zahnschmelz durch das Befestigungsmaterial geschützt, aber an den rauen Randzonen bildet sich leicht Zahnbelag. Wird dieser nicht entfernt, entstehen weiße Stellen im Zahnschmelz, aus denen sich später Karies entwickelt. Nützliches Putzwerkzeug sind außer der normalen (elektr.) Zahnbürste mit speziellen Aufsätzen, die Zahnzwischenraumbürste und die Munddusche.

## ERNÄHRUNG

Natürlich ist weiterhin auf gesunde Ernährung, wie Vollkornbrot, Obst, Gemüse und zuckerfreie Süßigkeiten zu achten. Auch der Kaugummi für zwischendurch bedeutet nicht nur Zähneputzen, Speichelproduktion und Muskeltraining, die Zuckeraustauschstoffe Xylit und Sorbit stoppen auch die Vermehrung der Mundbakterien. Zwischen den Hauptmahlzeiten sollten keine zuckerhaltigen Getränke oder Speisen konsumiert werden

