



WIE PFLEGE ICH DIE ZÄHNE MEINES KLEINKINDES?

Wie bringe ich meinem Kind die richtige Zahnpflege bei?

Die Vermittlung von richtigen Mundpflegegewohnheiten an Ihr Kind ist eine der wichtigsten Gesundheitslektionen, die Sie ihm beibringen können. Das bedeutet, das Kind dabei zu unterstützen, die Zähne zweimal täglich zu putzen ab dem 2. Lebensjahr sollte das mit einer maximal erbsengrossen Menge Kinderzahnpaste zweimal täglich geschehen.

Ebenso wichtig ist der regelmässige Besuch beim Zahnarzt.

Die meisten Zahnärzte empfehlen, dass Kinder im Alter von zwei Jahren mit den Zahnarztbesuchen beginnen sollten. So geben Sie Ihrem Zahnarzt die Möglichkeit, die Entwicklung und das Wachsen der Kinderzähne zu überwachen und Sie können sich über die Zahnentwicklung und den Fluoridbedarf informieren. Des Weiteren erfahren Sie, wie Sie Ihrem Kind bei der richtigen Mundpflege helfen können, wie Sie mit den oralen Gewohnheiten Ihres Kindes (wie dem Gebrauch eines Schnullers) umgehen sollten und Sie erhalten Informationen über Ernährung und Vermeidung von Verletzungen im Mund.

Legen Sie immer Wert darauf, dass der Besuch des Zahnarztes eine positive Erfahrung darstellt. Erklären Sie Ihrem Kind, dass der Zahnarztbesuch für einen gesunden Mund wichtig ist. Durch das Fördern einer positiven Haltung, erhöhen Sie die Chance, dass Ihr Kind während seines gesamten Lebens regelmässig zum Zahnarzt geht.

Was soll ich tun, wenn die Zähne meines Kleinkindes durchbrechen?

Die Zähne treten während eines Alters von sechs Monaten bis drei Jahren aus dem Zahnfleisch. Dies führt bei vielen Kindern zu einem empfindlichen Zahnfleisch, das sie möglicherweise reizbar macht. Hier hilft ein Reiben des Zahnfleisches mit dem Finger, einem kleinen kalten Löffel oder einem Zahnungsring, der im Kühlschrank gekühlt wurde. Ferner gibt es Gels zur Schmerzlinderung und Medikamente, die bei der Zahnung von Babys eingesetzt werden - diese sollten allerdings zuckerfrei sein. Fragen Sie Ihren Zahnarzt oder Kinderarzt nach diesen Medikamenten. Bekommt Ihr Kind beim Zahnen Fieber, setzen Sie sich am besten mit Ihrem Kinderarzt in Verbindung, um die Möglichkeit einer anderen Ursache auszuschliessen.

Wie putze ich die Zähne meines Kleinkindes richtig?

Es ist ratsam, das Zähneputzen Ihres Kindes bis zu einem Alter von sechs Jahren zu beaufsichtigen und dabei die folgenden Richtlinien zu beachten:

- Ab dem zweiten Lebensjahr können Sie eine erbsengrosse Menge einer fluoridhaltigen Kinderzahnpaste mit einem kindgerechten Fluoridgehalt verwenden. Der empfohlene Fluoridgehalt liegt zwischen 400 und 500 ppm.
- Folgen Sie beim Zähneputzen der KAI-Methode (erst die Kauflächen dann die Aussen- und danach die Innenflächen) zuerst am Oberkiefer danach am Unterkiefer in kleinen rüttelnden Hin- und Herbewegungen. Verwenden Sie eine Zahnbürste mit weichen Borsten und kleinem Bürstenkopf.

- Denken Sie daran, dass kleine Kinder den Mund als Intim-Bereich ansehen und möglicherweise ein Herumhantieren mit einem fremden Gegenstand am oder im Mund nicht zulassen wollen. Üben sie keinen Zwang aus - ein wenig Geduld und das gute Vorbild der Eltern ist ein gutes Motivationsinstrument. Wenn Sie es in einigen Tagen wieder probieren, haben Sie meist schon mehr Erfolg.

Stellt Daumenlutschen oder Lutschen an Fingern ein Problem dar und wie kann ich damit umgehen?

Der Saugreflex ist bei Babys normal und gesund. Die Gewohnheit, am Daumen oder Finger zu nuckeln, kann jedoch zu Problemen bei der Entwicklung des Gaumens und Kiefers sowie bei der Stellung der Zähne führen, besonders wenn diese Gewohnheit auch noch nach dem Durchbruch der bleibenden Zähne, also ab einem Alter etwa 6 Jahren fortgesetzt wird.

Hervorstehende Frontzähne und ein Überbiss können von der Gewohnheit des Daumenlutschens oder Fingerlutschens herrühren. Dies kann zu Problemen wie vorzeitiger Abnutzung der Zähne, vermehrter Karies und Beschwerden beim Beissen führen. Das Nuckeln an Schnullern kann zu ähnlichen Problemen führen.

Der beste Umgang mit Lutschen an Daumen oder Fingern besteht in einer positiven Bestärkung gewünschter Handlungen. Loben Sie Ihr Kind, wenn es nicht am Daumen oder Finger lutscht. Da dies häufig auch psychische Ursachen hat, können Sie Ihre Aufmerksamkeit auch auf das Ausräumen der Ängste richten, die dazu führen, dass Ihr Kind am Daumen oder Finger lutscht. Sie können Ihr Kind an die Gewohnheit erinnern, indem Sie den Daumen/ Finger bandagieren oder nachts einen Socken über die Hand ziehen. Sie können sich auch eine bitterschmeckende Medizin zum Einreiben des Daumens von Ihrem Zahnarzt oder Kinderarzt verschreiben lassen.

Weitere Informationen finden sie auf unserer homepage: www.colgate.de

©2005 Colgate-Palmolive:

Weltweit bekannt für Mundpflege, Körperpflege und Haushaltspflege.