

Moderne Zahnprophylaxe für Jung und Alt - Gesunde Zähne von Anfang an

Univ.-Prof. Dr. Katrin Bekes, MME

Das Wichtigste auf einen Blick

Kinderzähne gesund zu erhalten, ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für eine gute Mundgesundheit im bleibenden Gebiss. Mit einer gezielten Kariesprophylaxe können Karies und ihre schmerzhaften Folgen vielfach vermieden werden.

Für Kinder jeden Lebensalters können individuell abgestimmte Präventionskonzepte angeboten werden. Eine erfolgreiche Prävention beim Kleinkind beginnt schon in der Mundhöhle der werdenden Mutter und wird durch Hinweise zur Ernährung des Kindes ergänzt. Die weiteren zentralen Elemente sind für alle Altersgruppen eine adäquate Mundhygiene und Fluoridierungsmaßnahmen, die im häuslichen Umfeld sowie in der Praxis umgesetzt werden können.

Das können Sie selbst tun

Frühzeitige und regelmäßige Zahnarztbesuche: Der ideale Zeitpunkt für den ersten Besuch bei der Zahnärztin / beim Zahnarzt ist nach dem Durchbruch der ersten Milchzähne. Hier wird die Gebiss- und Kieferentwicklung des Kindes kontrolliert. Ferner werden Sie zu den Themen Mundhygiene, Ernährung und Keimübertragung beraten. Gewöhnen sich Kinder frühzeitig an zahnärztliche Kontrolluntersuchungen, gewinnen sie Vertrauen, das die Grundlage für eine angstfreie Zahnbehandlung im Erwachsenenalter bildet.

Mundhygiene: Für eine gesunde Zahnentwicklung wird der Beginn der Zahnpflege mit Durchbruch des ersten Milchzahnes empfohlen. Dabei sollte die Zahnreinigung wie folgt erfolgen: Bis zum 2. Geburtstag 2x täglich mit einer erbsengroßen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (Fluoridgehalt 500 ppm); ab dem 2. Geburtstag 2x täglich mit einer erbsengroßen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (Fluoridgehalt 1000 ppm); ab dem 6. Geburtstag 2x täglich mit einer Junior- oder Erwachsenenzahnpaste (Fluoridgehalt 1000 - 1500 ppm). Als Zahnputztechnik ist bei Kleinkindern die sog. KAI-Methode zu favorisieren („K“ = Kauflächen, „A“ = Außenflächen, „I“ = Innenflächen). Bedeutend ist, dass die Zahnreinigung der kindlichen Mundhöhle durch die Eltern bis ins Schulalter erfolgt. Die Zahnreinigungsdauer sollte 2 min betragen.

Medizinische Universität Wien, Universitätszahnklinik, Fachbereich Kinderzahnheilkunde

Sensengasse 2a, 1090 Wien

Tel. 01 40070 2820

<https://www.unizahnklinik-wien.at/fachbereiche-spezialambulanzen/kinderzahnheilkunde/>

Weitere Informationen zum MINI MED Studium, sowie Artikel zum Thema Gesundheit finden Sie unter www.minimed.at.

Informationen zum Vortrag

Wien, 20.11.2018



DDr. Markus Laky

Das Wichtigste auf einen Blick

Karies und Parodontitis sind durch Bakterien verursachte orale Erkrankungen, die durch geeignete Prophylaxemaßnahmen bis zu einem gewissen Grad vermeidbar sind. Grundlage der Prophylaxe an den Zähnen ist die 2x tägliche häusliche Zahnreinigung mittels Handzahnbürste oder elektrischer Zahnbürste sowie eine entsprechende Zwischenraumreinigung durch Interdentalraumbürsten bzw. Zahnseide. Ergänzt wird die eigene Zahnpflege durch professionelle Zahnreinigung in der zahnärztlichen Praxis, wobei Ablagerungen und Verfärbungen mittels spezieller Instrumente entfernt werden.

Ist eine parodontale Erkrankung bereits manifest, dann gilt es durch entsprechende parodontale Therapie wieder entzündungsfreie Verhältnisse an der Gingiva und am Zahnhalteapparat herzustellen. Die parodontale Erkrankung nimmt mit dem Alter zu und hat eine hohe Prävalenz in der Bevölkerung. Weltweit leiden ca. 781 Mio. Menschen an einer schweren Form der Parodontitis. Dies macht die schwere parodontale Erkrankung zur 6. häufigsten Erkrankung (Kassebaum, JDR, 2014) und damit zu einer echten Volkskrankheit.

Doch das entzündliche Geschehen bleibt nicht auf den Mund beschränkt. Epidemiologische Untersuchungen zeigen, dass Parodontitis das Risiko für vaskuläre Erkrankungen erhöht.

Das können Sie selbst tun

- 2 x tägliche Zahnreinigung mit fluoridhaltiger Zahnpaste (Bass-Technik – 45 Grad zur Zahnachse, kleine Rüttelbewegungen)
- Regelmäßige professionelle Zahnreinigung
- Rauchstopp – Rauchen verschlechtert die parodontale Situation deutlich
- Zuckerarme Ernährung reduziert das Kariesrisiko

Universitätszahnklinik, Fachbereich für konservierende Zahnheilkunde und Parodontologie

Medizinische Universität Wien

Sensengasse 2a, 1090 Wien

<https://www.unizahnklinik-wien.at/fachbereiche-spezialambulanzen/zahnerhaltung-parodontologie>

Weitere Informationen zum MINI MED Studium, sowie Artikel zum Thema Gesundheit finden Sie unter www.minimed.at.

