

Wissenswertes rund um den Zahn

Die Zähne nicht direkt nach dem Essen putzen

Gerade nach dem Genuss säurehaltiger Speisen wird empfohlen, mit der Reinigung eine halbe Stunde zu warten. Nach süssen Zwischenmahlzeiten inkl. Banane essen, sollten die Zähne nach 15 Minuten gereinigt werden.

Wie oft sollten die Zähne geputzt werden?

Im ersten Lebensjahr > einmal pro Tag nach der letzten Mahlzeit die Zähne putzen
Im zweiten Lebensjahr > zweimal pro Tag die Zähne putzen
Im dritten Lebensjahr > dreimal pro Tag die Zähne putzen

Zahnbürste wechseln

Wechseln Sie die Zahnbürste regelmässig aus, auch wenn sie noch sehr gut aussieht. Zahnbürsten sind ein guter Nährboden für Bakterien, die auch mit Wasser nicht ausgespült werden können. Die Zahnbürste sollte aufrecht (Bürstenkopf oben) ohne Schutzkappe gelagert werden.

Welche Zahnpasta?

Sie können eine spezielle Kinderzahnpasta (bis 6 Jahre) kaufen, die nur sehr wenig Fluorid hat. Denn Ihr Baby sollte nicht zu viel Fluorid herunterschlucken. Fluoride härten die Zähne und machen sie widerstandsfähig gegen Säureangriffe. Ideal ist es, wenn die Zahnpasta nicht aromatisiert ist – zumindest nicht übersüsst. Empfohlen werden Elmex Kinderzahnpasta oder Nenedent Kinderzahncreme.

Nachkontrolle bis zum 8. Lebensjahr

Bis zum achten Lebensjahr sind Kinder motorisch nicht in der Lage, die Zähne allein wirklich rein zu halten.

Wann sollte der erste Zahnarztbesuch sein?

Wichtig ist es, dass der erste Zahnarztbesuch eine positive Erfahrung für das Kind ist. Am besten geht es mit der Mutter oder dem Vater mit. Am Ende der Behandlung darf das Kind auf den Stuhl sitzen und der Zahnarzt schaut spielerisch kurz in den Mund. So wird ihm gezeigt, dass ein Besuch beim Zahnarzt nicht zwingend mit Schmerzen verbunden ist. Warten Sie deshalb nicht zu lange mit einem Zahnarztbesuch.

Sehen Sie bei Ihrem Kind längliche weisse Flecken am Zahnfleischrand, sollten Sie sofort einen Termin vereinbaren. Sie sind Anzeichen für Karies.

Für kieferorthopädische Probleme ist der Durchbruch des ersten Molars (erster bleibender Backenzahn hinter dem letzten Milchzahn) der richtige Zeitpunkt für eine Diagnose. Dieser Durchbruch geschieht ungefähr im Alter von sechs Jahren.

Wann lohnt es sich eine Zahnzusatzversicherung abzuschliessen?

Jedes zweite Kind in der Schweiz braucht eine Zahnkorrektur. Die Behandlung kann bis zu 15'000 Franken kosten. Deshalb kann sich eine Versicherung lohnen.

Schliessen Sie rechtzeitig eine Zahnversicherung ab (am besten vor der Geburt), wenn Sie später eine Beteiligung der Krankenkasse an den Kosten haben möchten. Viele Kassen nehmen Kinder auch noch bis zum vierten oder fünften Lebensjahr ohne zahnärztliche Untersuchung auf.

Je nach finanzieller Lage übernehmen gewisse Gemeinden einen Teil der Kosten. Nachfragen lohnt sich immer.

Bei schweren Fehlstellungen, wenn der Ober- oder Unterkiefer beispielsweise stark vorsteht, gibt es unter Umständen auch einen Beitrag von der IV. Fragen Sie dazu den Zahnarzt.

Was ist bei einem Kinderzahnarzt anders?

Für einen Kinderzahnarzt ist psychologisches Geschick genauso wichtig wie die Fachkenntnis. Eine schmerzfreie Behandlung ist ein wichtiger Faktor. So setzen sie nach Bedarf Lachgas oder Hypnose ein. In den farbigen Behandlungszimmern gibt es oft Stofftiere, Bilder, DVD-Bildschirm.

Was tun bei einem Unfall mit Zahnbeteiligung?

Jeder Zahnunfall sollte sofort dem Zahnarzt gemeldet werden! Ob eine Behandlung dringend ist oder nicht, kann nur er entscheiden.

Pressen Sie bei starker Blutung ein sauberes Taschentuch auf die Wunde. Den Verletzten (ausser bei einer Ohnmacht) möglichst nicht flach lagern. Bei einer offenen Wunde ist möglicherweise eine Wundstarrkrampf- bzw. Tetanusimpfung notwendig. Nehmen Sie möglichst den Impfschein zum Arzt oder ins Spital mit.

Bei Zeichen einer Hirnerschütterung (Schwindel, Erbrechen, ungleich grosse Pupillen) zuerst Hausarzt oder Spital aufsuchen.

Alle Zahnunfälle sind der Versicherung zu melden. Bei Kindern werden die durch Zahnunfälle entstehenden Kosten von der obligatorischen Grundversicherung der Krankenkasse gedeckt. Das volle Ausmass des Schadens wird oft erst Jahre später sichtbar, seine Behebung kann unter Umständen sehr viel teurer zu stehen kommen, als im Moment des Unfalls abzusehen ist.

Grundsätzlich gilt, dass ein verschobener Milchzahn sofort von einem Zahnarzt behandelt werden sollte. Ist ein Milchzahn abgebrochen, gelockert oder hineingeschlagen, suchen Sie in den nächsten Tagen den Zahnarzt auf. Je mehr von einem Zahn abgebrochen ist, desto dringender ist es, den Zahnarzt zu konsultieren.