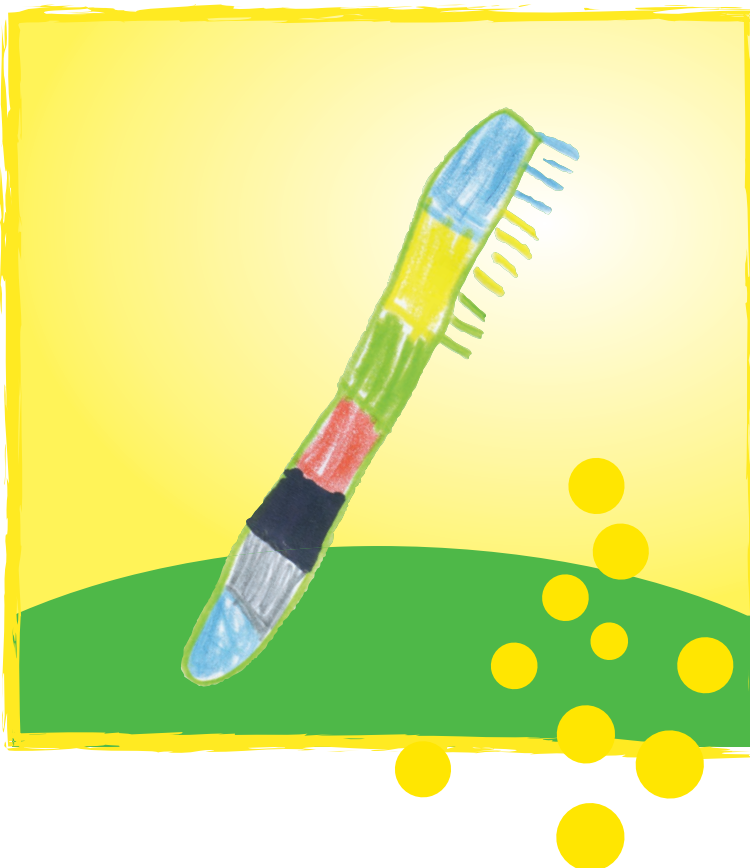




BLZK

Bayerische  
LandesZahnärzte  
Kammer

## Zahnärztlicher Kinderpass



Liebe Eltern,

in diesem Pass finden Sie wichtige Termine für die zahnärztlichen Untersuchungen Ihres Kindes. Er versteht sich als Vorsorgefahrplan und enthält nützliche Informationen zu Zahnpflege, Mundhygiene und zahngesunder Ernährung sowie Empfehlungen, wie Sie Karies bei Ihrem Kind vorbeugen können.

Wenn Ihr Kind Besonderheiten in der Entwicklung aufweist, sollten die Empfehlungen in diesem Pass individuell angepasst werden. Lassen Sie sich dazu von Ihrem Kinderarzt und Zahnarzt beraten.

Kommen Sie mit Ihrem Kind zu den angegebenen Vorsorgeterminen zum Zahnarzt und bringen Sie den Kinderpass zu jedem Zahnarzttermin mit, damit die Befunde eingetragen und dokumentiert werden können. So helfen Sie, die Zähne Ihres Kindes gesund zu erhalten. Vereinbaren Sie alle 6 Monate Kontrolltermine für Ihr Kind. Dann erlebt es den Zahnarztbesuch als normal.

Wir wünschen Ihrem Kind gesunde Zähne – ein Leben lang!

Ihr Zahnarzt

Weitere Informationen zur Mundgesundheit finden Sie auf der Patientenseite der BLZK [www.zahn.de](http://www.zahn.de)





---

Name, Vorname

---

Geburtstag

---

Straße

---

PLZ, Ort

Schöne gesunde Zähne wünscht:

Praxisstempel

## Untersuchung werdende Mutter

### Beginn der Schwangerschaft

Schon während der Schwangerschaft legen Sie den Grundstein für die Mundgesundheit Ihres Kindes.

Es ist wichtig, dass Sie besonders jetzt bei sich auf eine gute Mundgesundheit achten, denn eigene Kariesbakterien werden später auf das Kind übertragen.

#### Sie machen es richtig, wenn Sie:

- Regelmäßig und gründlich zu Hause Zähne putzen.
- Zur professionellen Zahnreinigung zum Zahnarzt gehen.
- Karies und Zahnfleischerkrankungen behandeln lassen.
- Sich ausgewogen und zahngesund ernähren.



## Untersuchung werdende Mutter

### Befund

- |   |   |
|---|---|
| <input type="radio"/> Gesund              | <input type="radio"/> Beläge auf den Zähnen |
| <input type="radio"/> Beginnende Karies   | <input type="radio"/> Zahnstein/Konkremente |
| <input type="radio"/> Aktive Karies       | <input type="radio"/> Zahnfleischbluten     |
| <input type="radio"/> Unbehandelte Karies | <input type="radio"/> Zahnfleischentzündung |

### Kariesrisiko

- |   |   |
|---|---|
| <input type="radio"/> Süße und saure Getränke | <input type="radio"/> Mangelndes Putzen |
| <input type="radio"/> Süße Zwischenmahlzeiten | <input type="radio"/> Beginnende Karies |

### Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- |  |   |
|--|---|
| <input type="radio"/> Mundhygienetraining                | <input type="radio"/> Zahnfleischbehandlung           |
| <input type="radio"/> Professionelle Zahnreinigung (PZR) | <input type="radio"/> Fluoridgelee<br>1 x wöchentlich |
| <input type="radio"/> Kariesbehandlung                   | <input type="radio"/> Zahngesunde Ernährung           |



# Untersuchung werdende Mutter

## Ende der Schwangerschaft

Nun sind es nur noch wenige Wochen bis zur Geburt Ihres Kindes.

Babys haben einen angeborenen Saugreflex. Egal, ob Sie Ihr Baby stillen oder ihm die Flasche geben werden: Das Saugen kräftigt Kiefer, Lippen, Zunge und die übrige Kopf- und Halsmuskulatur. Bitte erweitern Sie die Saugeröffnung bei Babyflaschen nicht, damit sich Ihr Kind ebenso anstrengt wie beim Stillen.

Mit einem Schnuller lassen sich Babys oft beruhigen. Wenn auch Sie sich dafür entscheiden, sollten Sie einiges beachten:

### Form und Größe des Schnullers

Der Schnuller sollte eine kiefergerechte Form haben, nicht rund und dick sein. Sonst wird zu großer Druck auf den Kiefer und die Schneidezähne ausgeübt. Das kann zu Zahnfehlstellungen führen.



Sie können für Ihr Kind eine kleine Schnullergröße wählen und auch bei dieser Größe bleiben, wenn Ihr Kind älter wird.

### Reinigen des Schnullers

Schnuller sollten mindestens 1 x täglich gründlich von Bakterien befreit werden. Sie können Schnuller und Flaschensauger in sprudelndem Wasser auskochen, in die Spülmaschine geben (70-Grad-Programm) oder in einem Vaporisator reinigen. Auch Dampfgargeräte haben ein eigenes Sterilisations-Programm.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Baby alles Gute!



## Untersuchung werdende Mutter

### Befund

- Gesund
- Beginnende Karies
- Aktive Karies
- Unbehandelte Karies
- Beläge auf den Zähnen
- Zahnstein/Konkremente
- Zahnfleischbluten
- Zahnfleischentzündung

### Kariesrisiko

- Süße und saure Getränke
- Süße Zwischenmahlzeiten
- Mangelndes Putzen
- Beginnende Karies

### Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Mundhygienetraining
- Professionelle Zahnreinigung (PZR)
- Kariesbehandlung
- Zahnfleischbehandlung
- Fluoridgelee  
1 x wöchentlich
- Zahngesunde Ernährung



## Früherkennungsuntersuchung Kind

Etwa zwischen dem 4. Lebensmonat und dem 1. Lebensjahr brechen die ersten Milchschneidezähne durch. Ab jetzt gilt es, die Zähne Ihres Kindes vor Karies zu schützen: Beginnen Sie ab dem ersten Zahn mit dem Putzen.

Jetzt ist auch der richtige Zeitpunkt für die erste Vorsorgeuntersuchung beim Zahnarzt. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten dafür.



Putzen Sie die Zähne nach dem Frühstück und vor dem Schlafengehen mit einer kleinen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpaste\*.

### Die richtige Menge Zahnpaste:

So groß wie ein Reiskorn beziehungsweise der kleine Fingernagel Ihres Kindes.



Sobald Sie Ihr Kind mit Brei füttern, geben Sie ihm zusätzlich Wasser zu trinken – auch wenn Sie noch stillen oder Ihr Kind eine Milchflasche bekommt.



Das Trinken aus dem Becher können Sie mit Ihrem Kind vom 6. bis 12. Monat an üben.

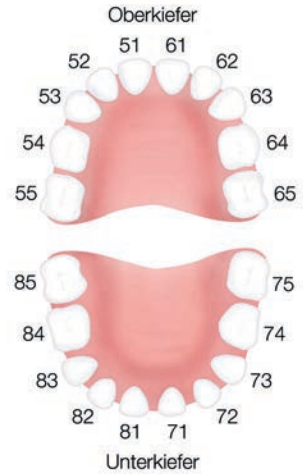
Geben Sie Ihrem Kind nach dem Zähneputzen nur noch Wasser zu trinken.

\* Siehe Seite 29



## Milchgebiss

Datum:



C: Karies  
E: Ersetzt  
F: Fehlend  
T: Trauma  
Z: Zerstört

### Nahrungsaufnahme

- Stillen     Saugerflasche     Löffel (Brei)

### Fluoridanamnese

- Vitamin-D- und Fluorid-Gabe (Tablette)  
 Fluoridhaltige Kinderzahnpaste

### Kariesrisiko

- Süße Getränke  
 Kein Fluorid  
 Mangelnde Zahnpflege

### Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Zähneputzen morgens und abends  
 Wasser trinken  
 Kinderzahnpaste mit Fluorid

## Früherkennungsuntersuchung Kind

Die Ernährung ist für die Zahngesundheit Ihres Kindes besonders wichtig.

Geben Sie Ihrem Kind, sobald es mit der Familie isst, auch Obst und Gemüse zum Knabbern. Dadurch übt Ihr Kind das Kauen.

Saugerflaschen mit gesüßten oder sauren Getränken und „Quetschies“, die die Zähne lange umspülen, sind der größte Feind für Kinderzähne. Auch häufiges Stillen in der Nacht kann bei Kleinkindern zu Karies führen, wenn die Zähne schon durchgebrochen sind.

Fruchtsäfte – selbst wenn sie verdünnt sind – enthalten neben zahnschädlichem Fruchtzucker auch Säuren, die den ansonsten sehr widerstandsfähigen Zahnschmelz angreifen.

### Sie machen es richtig, wenn Sie:

- Keine Saugerflaschen mit gesüßten oder sauren Getränken zum Dauernuckeln geben.
- Spätestens ab dem 1. Lebensjahr Getränke in Bechern anbieten und Flaschen sowie „Quetschies“ nur für unterwegs verwenden.
- Mineralwasser ohne Kohlensäure, Leitungswasser oder ungesüßten Tee zu trinken geben.  
Kinder, die von Beginn an Wasser zu trinken bekommen, trinken später gerne Wasser. Die Gefahr, dass sie Karies bekommen, ist geringer.



Wenn das Kind seine ersten Schritte macht, ist die Gefahr für Zahnunfälle groß. Gehen Sie sofort zum Zahnarzt, wenn Ihr Kind gestürzt ist und sich einen Zahn ausgeschlagen oder abgebrochen hat.

## Milchgebiss

Datum:

### Zahnpflege

- Ja  Nein

### Fluoridanamnese

- Vitamin-D- und Fluorid-Gabe (Tablette)  
 Fluoridhaltige Kinderzahnpaste  
 Kein Fluorid

### Befund

- Gesund  Beläge auf den Zähnen  
 Beginnende Karies  Zahnfleischentzündung  
 Aktive Karies  Zahnunfall  
 Behandelt

Lutschgewohnheiten:

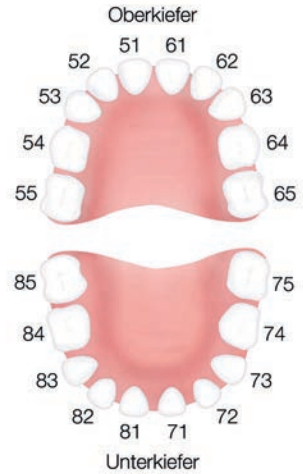
- Daumen  Schnuller

### Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Getränke aus Saugerflaschen und „Quetschies“  
 Beginnende Karies  Süße Zwischenmahlzeiten (z. B. weiche, klebrige Kinderprodukte)  
 Kein Fluorid

### Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinderzahnpaste mit Fluorid  Zähneputzen in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Flasche abgewöhnen



## Früherkennungsuntersuchung Kind

Mit 20 Zähnen ist das Milchgebiss vollständig. Es besteht aus Schneide-, Eck- und Backenzähnen.

Die Zähne dienen dem Abbeißen und Zerkleinern der Nahrung. Außerdem sind sie wichtig für die Sprachbildung. Die Milchzähne halten den Platz für die bleibenden Zähne frei.

In diesem Alter nimmt das natürliche Saugbedürfnis ab. Beginnen Sie deshalb schon jetzt, Ihrem Kind den Schnuller abzugewöhnen, um Fehlstellungen der Zähne und eine Kieferverformung zu vermeiden.

Mit spätestens 3 Jahren sollte Ihr Kind keinen Schnuller mehr nehmen.

### Ohne Schnuller Schritt für Schritt:

- Kleinkindern den Schnuller nur noch zum Einschlafen geben.
- In der Betreuungseinrichtung den Schnuller ins Garderobenkästchen des Kindes legen.
- Nachts einem Phantasiewesen, z. B. der „Schnullerfee“, die Schnuller vor die Tür legen. Im Tausch dafür bekommt das Kind ein kleines Geschenk.



Wenn das Milchgebiss vollständig ist, putzen Sie nach dem Frühstück und vor dem Schlafengehen die Zähne Ihres Kindes mit fluoridhaltiger Kinderzahnpaste.\*

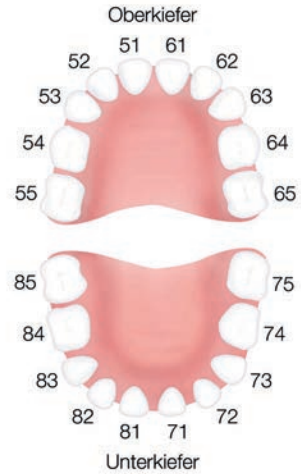


Verwenden Sie eine altersgerechte Kinderzahnbürste. Putzen Sie als Eltern immer nach und übernehmen Sie das gründliche Zähneputzen. In diesem Alter können Sie dafür auch eine altersgerechte elektrische Zahnbürste benutzen.

\* Siehe Seite 29

## Milchgebiss

Datum:



### Zahnpflege

- Ja  Nein

C: Karies  
E: Ersetzt  
F: Fehlend  
T: Trauma  
Z: Zerstört

### Fluoridanamnese

- Vitamin-D- und Fluorid-Gabe (Tablette)  
 Fluoridhaltige Kinderzahnpaste  
 Kein Fluorid

### Befund

- Gesund  Beläge auf den Zähnen  
 Beginnende Karies  Zahnfleischentzündung  
 Aktive Karies  Zahnunfall  
 Behandelt

Lutschgewohnheiten:

- Daumen  Schnuller

### Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Getränke aus Saugerflaschen und „Quetschies“  
 Beginnende Karies  Süße Zwischenmahlzeiten (z. B. weiche, klebrige Kinderprodukte)  
 Kein Fluorid

### Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinderzahnpaste mit Fluorid  Zähneputzen in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Flasche abgewöhnen

## Früherkennungsuntersuchung Kind

Weil Kinder Rituale lieben, ist es gut, wenn das regelmäßige Zähneputzen eine feste Gewohnheit beim Aufstehen und Schlafengehen ist.

Morgens kann auch vor dem Frühstück geputzt werden. Am Abend sollten die Zähne aber nach dem Abendessen gründlich gereinigt werden.



Geben Sie Ihrem Kind nach dem Zähneputzen nur noch Wasser zu trinken.



Die Pflege der Zähne muss dem Alter und Können Ihres Kindes angepasst sein. Mit 3 Jahren kann es nur auf den Zähnen hin- und herbürsten. Es kann seine Zähne aber noch nicht alleine gründlich putzen\*.



Sie als Eltern müssen die Zähne Ihres Kindes immer noch mit fluoridhaltiger Zahnpasta nachputzen!  
Reinigen Sie neben den Kauflächen auch die Außen- und Innenflächen der Zähne.

Bei Kindern mit besonderem Unterstützungsbedarf kann das Kariesrisiko erhöht sein. Deshalb können zusätzliche vorbeugende Maßnahmen notwendig sein. Sprechen Sie darüber mit Ihrem Zahnarzt.

\* Siehe Seite 30



## Milchgebiss

Datum:

### Zahnpflege

- Ja  Nein

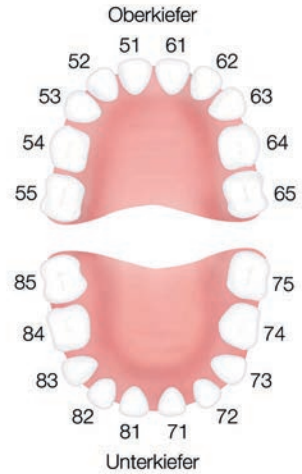
### Fluoridanamnese

- Fluoridhaltige Kinderzahnpaste  
 Kein Fluorid

### Befund

- Gesund  
 Beginnende Karies  
 Aktive Karies  
 Behandelt

C: Karies  
 E: Ersetzt  
 F: Fehlend  
 T: Trauma  
 Z: Zerstört



### Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Getränke aus Saugerflaschen und „Quetschies“  
 Beginnende Karies  Süße Zwischenmahlzeiten  
 Kein Fluorid

### Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinderzahnpaste mit Fluorid  Zähneputzen in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Wasser trinken

## Früherkennungsuntersuchung Kind

Hat sich bei Ihrem Kind durch Schnuller oder Daumenlutschen ein offener Biss entwickelt, kann sich der Kiefer noch zurückverformen, wenn Ihr Kind jetzt mit dem Lutschen aufhört. Einen offenen Biss erkennen Sie daran, dass die oberen und unteren Schneidezähne beim Zubeißen nicht aufeinander treffen.

Wird der Schnuller erst später abgewöhnt, kann sich der Kiefer nicht mehr selbst zurückverformen und Ihr Kind benötigt eine aufwändige Behandlung mit einer Zahnspange.

Süßigkeiten, konfektionierte Fruchtpürees und süße Getränke sind bei Kindern sehr beliebt. Auch salzige Snacks, z. B. Chips, enthalten Zucker. Wenn Kinder häufig naschen, greifen Zucker und Säuren den Zahnschmelz an, der den Zahn eigentlich schützen soll. Vermeiden Sie deshalb Snacks zwischen den Mahlzeiten.

Zucker schadet weniger, wenn er nur zu den Hauptmahlzeiten gegessen wird. Es gibt zahnfremdliche Süßigkeiten. Informationen dazu finden Sie unter [www.zahnmaennchen.de](http://www.zahnmaennchen.de).

### Tipp:

Ernähren Sie Ihr Kind ausgewogen und zahngesund mit ausreichend Mineralien und Vitaminen. Beim Kauen von Vollkornprodukten und frischem Obst und Gemüse entsteht viel Speichel, der die Zähne vor Angriffen durch Saures und Süßes schützt.

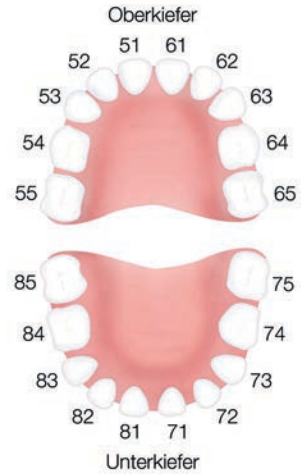


Auch jetzt müssen Sie als Eltern die Zähne Ihres Kindes immer noch mit fluoridhaltiger Zahnpasta nachputzen!



## Milchgebiss

Datum:



C: Karies  
E: Ersetzt  
F: Fehlend  
T: Trauma  
Z: Zerstört

## Zahnpflege

- Ja  Nein

## Fluoridanamnese

- Fluoridhaltige Kinderzahnpaste  
 Kein Fluorid

## Befund

- Gesund  Beläge auf den Zähnen  
 Beginnende Karies  Zahnfleischentzündung  
 Aktive Karies  Zahnunfall  
 Behandelt

Lutschgewohnheiten:

- Daumen  Schnuller

## Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Getränke aus Saugerflaschen und „Quetschies“  
 Beginnende Karies  Süße Zwischenmahlzeiten  
 Kein Fluorid

## Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinderzahnpaste mit Fluorid  Zähneputzen in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Wasser trinken

## Früherkennungsuntersuchung Kind

Bringen Sie Ihrem Kind jetzt das Zähneputzen nach der KAI-Technik bei: **K**auflächen, **A**ußenflächen und **I**nnenflächen nacheinander putzen\*.



Helfen Sie Ihrem Kind dabei und putzen Sie im Anschluss gründlich nach – morgens und abends.

Viele Betreuungseinrichtungen achten heute auf zahngesunde Ernährung und haben auch das gemeinsame Zähneputzen nach dem Frühstück und dem Mittagessen in den Tagesablauf integriert.

In Bayern werden viele Betreuungseinrichtungen von Zahnärzten der Bayerischen Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e. V. (LAGZ) in der Gemeinschaft betreut. Diese zeigen den Kindern in ihrer gewohnten Umgebung, wie sie ihre Zähne richtig putzen.\*\*



Zusätzlich sollten Sie mit Ihrem Kind zu den Früherkennungsuntersuchungen in die Zahnarztpraxis gehen.

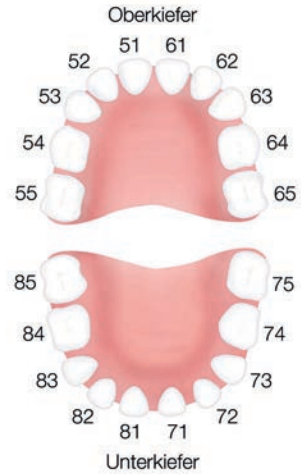
\* Siehe Seite 30

\*\* Siehe Seite 31



## Milchgebiss

Datum:



C: Karies  
E: Ersetzt  
F: Fehlend  
T: Trauma  
Z: Zerstört

### Zahnpflege

- Ja  Nein

### Fluoridanamnese

- Fluoridhaltige Kinderzahnpaste  
 Kein Fluorid

### Befund

- Gesund  Beläge auf den Zähnen  
 Beginnende Karies  Zahnfleischentzündung  
 Aktive Karies  Zahnunfall  
 Behandelt

Lutschgewohnheiten:

- Daumen  Schnuller

### Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Getränke aus Saugerflaschen und „Quetschies“  
 Beginnende Karies  Süße Zwischenmahlzeiten  
 Kein Fluorid

### Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinderzahnpaste mit Fluorid  Zähneputzen in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Wasser trinken

## Früherkennungsuntersuchung Kind

Bleiben Sie beim Zähneputzen geduldig und konsequent. Denn Zähneputzen ist notwendig und Sie tun Ihrem Kind damit etwas Gutes! Sehen Sie die Zahnputzzeit als eine Zeit der Zuwendung. Sie soll Ihnen gemeinsam Spaß machen.

Ihr Kind kann nun auch einmal eine elektrische Zahnbürste benutzen. Achten Sie jedoch darauf, dass es vorher die KAI-Technik\* mit der Handzahnbürste beherrscht. Das Putzen mit der Handzahnbürste fördert die Motorik der Hände. Unterstützen Sie den Spaßfaktor beim Zähneputzen und wechseln Sie zwischen den beiden Bürstenarten.

Im Milchgebiss kann man nun Veränderungen beobachten: Die Backenzähne rutschen zusammen. Dadurch werden die Zahnzwischenräume enger und können nicht mehr so gut gereinigt werden. Das sind die Stellen, an denen ab diesem Alter am häufigsten Karies entsteht.

Jetzt sollten Sie einmal täglich, am besten abends, die 4 Backenzahnzwischenräume zusätzlich mit Zahnseide reinigen.

Ein Kind in diesem Alter kann Zahnseide noch nicht selbst benutzen. Helfen Sie ihm dabei.

Zahnseide bei einer anderen Person anzuwenden, ist nicht leicht. Einfacher ist es, wenn Sie einen speziellen Zahnseidehalter mit Griff verwenden.

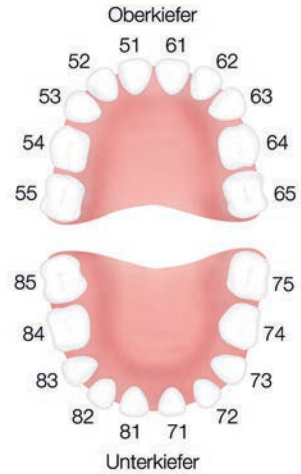


Lassen Sie sich von Ihrem Zahnarzt zeigen, wie Sie die Zahnzwischenräume Ihres Kindes reinigen. Üben Sie es vor Ort in der Praxis.

\* Siehe Seite 30

## Milchgebiss

Datum:



C: Karies  
E: Ersetzt  
F: Fehlend  
T: Trauma  
Z: Zerstört

## Zahnpflege

- Ja  Nein

## Fluoridanamnese

- Fluoridhaltige Kinderzahnpaste  
 Kein Fluorid

## Befund

- Gesund  Beläge auf den Zähnen  
 Beginnende Karies  Zahnfleischentzündung  
 Aktive Karies  Zahnunfall  
 Behandelt

Lutschgewohnheiten:

- Daumen  Schnuller

## Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Getränke aus Saugerflaschen und „Quetschies“  
 Beginnende Karies  Süße Zwischenmahlzeiten  
 Kein Fluorid

## Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinderzahnpaste mit Fluorid  Zähneputzen in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Wasser trinken

## Früherkennungsuntersuchung Kind

Achten Sie beim täglichen Nachputzen der Zähne Ihres Kindes auf Veränderungen in den Zahnzwischenräumen.



Wenn häufig Speisereste in den Zahnzwischenräumen hängenbleiben oder Sie farbliche Veränderungen feststellen, könnte dies ein Anzeichen für eine Karies sein.

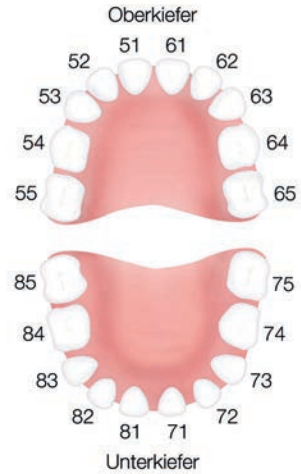
Gehen Sie zum Zahnarzt, sobald Sie solche Veränderungen beobachten und lassen Sie die Zähne kontrollieren.

Hat Ihr Kind eine Karies, die behandelt werden muss, wird der Zahnarzt Ihnen und Ihrem Kind die Behandlung erklären. Meistens wird der Zahn mit einer Füllung versorgt.

Ist keine oder erst eine beginnende Karies vorhanden, wird Ihr Zahnarzt Sie über vorbeugende Maßnahmen informieren, z. B. das Auftragen von hochkonzentriertem Fluoridlack zum Schutz der Zahnflächen.

## Milchgebiss

Datum:



C: Karies  
E: Ersetzt  
F: Fehlend  
T: Trauma  
Z: Zerstört

### Zahnpflege

- Ja  Nein

### Fluoridanamnese

- Fluoridhaltige Kinderzahnpaste  
 Kein Fluorid

### Befund

- Gesund  Beläge auf den Zähnen  
 Beginnende Karies  Zahnfleischentzündung  
 Aktive Karies  Zahnunfall  
 Behandelt

Lutschgewohnheiten:

- Daumen  Schnuller

### Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Getränke aus Saugerflaschen und „Quetschies“  
 Beginnende Karies  Süße Zwischenmahlzeiten  
 Kein Fluorid

### Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinderzahnpaste mit Fluorid  Zähneputzen in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Wasser trinken

## Früherkennungsuntersuchung Kind

### Beginnender Zahnwechsel

Bereits jetzt können sich die Schneidezähne lockern, der Zahnwechsel beginnt. Der halbjährliche Zahnarztbesuch mit Ihrem Kind sollte nun selbstverständlich sein.

Der erste ausgefallene Milchzahn ist etwas Besonderes. Kinder warten gespannt darauf und freuen sich z. B. über eine Wackelzahndose zum Sammeln der ausgefallenen Milchzähne.

Häufig bricht der erste bleibende Backenzahn unbemerkt hinter den Milchbackenzähnen durch. Er ist besonders anfällig für Karies, weil sein Zahnschmelz noch nicht vollständig gehärtet ist und er schwer mit der Zahnbürste zu erreichen ist. Putzen Sie diesen Zahn besonders sorgfältig. Der Zahnarzt kann ihn frühzeitig versiegeln\*, damit die Kaufläche geschützt ist.

Einige Kinder haben Störungen bei der Zahnschmelzbildung. Entweder ist der Zahnschmelz unvollständig oder nicht ausreichend hart. Die Störungen können sich als gelbliche oder bräunliche Flecken an den neuen Backen- und Schneidezähnen zeigen. Es ist wichtig, diese Veränderungen rechtzeitig zu erkennen und diese Zähne zu schützen. Kommen Sie daher unbedingt zu den Kontrollterminen.

Auch jetzt müssen Sie als Eltern die Zähne Ihres Kindes nachputzen, besonders an den neuen bleibenden Zähnen und an den wackelnden Milchzähnen. Lassen Sie sich von Ihrem Zahnarzt eine geeignete Technik zeigen. Benutzen Sie ab jetzt eine Junior- oder Erwachsenenzahnpasta\*\*.



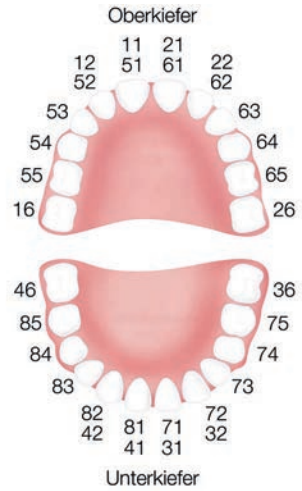
\* Siehe Seite 26

\*\* Siehe Seite 29



## Wechselgebiss

Datum:



## Zahnpflege

- Ja  Nein

## Fluoridanamnese

- Fluoridhaltige Kinder-/Juniorzahnpaste  
 Kein Fluorid

## Befund

- Gesund  Zahnfleischentzündung  
 Beginnende Karies  Zahnunfall  
 Aktive Karies  Durchbruch 6-Jahres-Molaren  
 Behandelt  Zahn-/Kieferfehlstellungen  
 Beläge auf den Zähnen

Lutschgewohnheiten:

- Daumen  Schnuller

## Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Süßigkeiten zwischendurch  
 Beginnende Karies  „Quetschies“  
 Kein Fluorid

## Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinder-/Juniorzahnpaste  Zähneputzen  
in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen  
durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Wasser trinken

## Früherkennungsuntersuchung Kind

### Wechselgebiss

Mit 6 Jahren kann Ihr Kind immer besser selbstständig die Zähne putzen. Es hat 2x jährlich einen gesetzlichen Anspruch auf eine spezielle Vorsorge beim Zahnarzt (Individualprophylaxe). Dabei wird mit Ihrem Kind unter anderem das richtige Zähneputzen geübt.

Um die Zähne vor Karies zu schützen, können als weitere Möglichkeit in der Praxis gezielt Fluoridlacke aufgetragen und die bleibenden Backenzähne versiegelt werden. Bei einer Versiegelung werden die tiefen Rillen (Fissuren) in den Kauflächen der bleibenden Backenzähne mit einem haltbaren Material gefüllt. Die Zähne sind dadurch leichter zu putzen.

Stellt der Zahnarzt eine Zahn- oder Kieferfehlstellung fest, kann die Behandlung mit einer Zahnspange notwendig sein.

### Wichtig für Schulkinder:

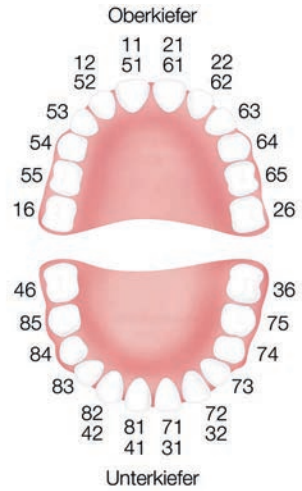
- Eltern putzen Kinderzähne bis zum Alter von 8 Jahren nach.
- Eltern helfen bis zum Alter von 12 Jahren bei der Anwendung von Zahnseide und überprüfen den Zahnputzerfolg.
- Vollkornprodukte, frisches Obst und Gemüse sind zahngesunde Pausensnacks.
- Wasser sollte Hauptgetränk sein. Wenn möglich nur Flaschen ohne speziellen Trink-/Saugansatz verwenden.
- Informieren Sie sich vorbeugend, was bei einem Zahnunfall zu tun ist: Gehen Sie bei einem Zahnunfall sofort zum Zahnarzt. Nehmen Sie unbedingt ausgeschlagene Zahnteile in einer Zahnrettungsbox, Frischhaltefolie oder in H-Milch mit!



Für die kommende Schulzeit wünschen wir Ihrem Kind alles Gute!

## Wechselgebiss

Datum:



## Zahnpflege

- Ja  Nein

C: Karies  
E: Ersetzt  
F: Fehlend  
T: Trauma  
Z: Zerstört

## Fluoridanamnese

- Fluoridhaltige Kinder-/Juniorzahnpaste  
 Kein Fluorid

## Befund

- Gesund  Zahnfleischentzündung  
 Beginnende Karies  Zahnunfall  
 Aktive Karies  Durchbruch 6-Jahres-Molaren  
 Behandelt  Zahn-/Kieferfehlstellungen  
 Beläge auf den Zähnen

Lutschgewohnheiten:

- Daumen  Schnuller

## Kariesrisiko

- Zahnbeläge  Süße und saure Getränke  
 Mangelndes Putzen  Süßigkeiten zwischendurch  
 Beginnende Karies  „Quetschies“  
 Kein Fluorid

## Empfehlungen für eine gute Mundgesundheit

- Kinder-/Juniorzahnpaste  Zähneputzen  
in Betreuungseinrichtung  
 2x täglich Nachputzen  
durch die Eltern  Zahngesunde Ernährung  
 Kontrolltermin vereinbaren  Wasser trinken

### Karies im Milchgebiss

#### Frühkindliche Karies

Die Schneidezähne im Oberkiefer sind besonders häufig von Karies betroffen, weil durch das Trinken von zucker- und säurehaltigen Getränken aus Saugerflaschen die Zähne ständig umspült werden.

Karies kann bei kleinen Kindern oft nur in Vollnarkose behandelt werden. Ersparen Sie Ihrem Kind diese Erfahrung und überlassen Sie ihm deshalb keine Flasche mit gesüßten oder sauren Getränken zum Dauernuckeln.

#### Karies an den Kauflächen und Zahnzwischenraumkaries

Sehr tiefe Rillen (Fissuren) auf den Kauflächen und die Engstellen zwischen den Backenzähnen sind besonders schwer zu reinigen. Deshalb entsteht hier leichter Karies.

#### Tipps:

- Geben Sie Ihrem Kind von Anfang an Wasser als Hauptgetränk aus dem Becher. Je nach Alter benötigt Ihr Kind etwa 400 bis 700 ml Wasser am Tag.
- Putzen Sie die Zähne 2x täglich mit einer fluoridierten Kinderzahnpaste nach.
- Vermeiden Sie klebrige Speisen, die schlecht aus den Rillen (Fissuren) auf den Kauflächen und den Zahnzwischenräumen zu entfernen sind.
- Helfen Sie Ihrem Kind bei der Reinigung der Zahnzwischenräume mit Zahnseide.
- Der Zahnarzt kann spezielle zusätzliche Schutzmaßnahmen durchführen (z. B. Zahnschmelzhärtung oder Fissurenversiegelung).



### Fluoride zur Kariesvorbeugung

Fluoride schützen den Zahnschmelz vor Säureangriffen, härten ihn und verhindern so die Entstehung von Karies. Beginnende Karies-schäden können durch Fluoridierungsmaßnahmen gestoppt werden.

Deshalb empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK), zum täglichen Zähneputzen fluoridhaltige Zahnpasta zu benutzen. Als Fluoridierung für die ganze Familie kann fluoridiertes Speisesalz verwendet werden.

#### ... ab dem ersten Zahn

Ab dem ersten Zahn sollten die Zähne 2x täglich mit einer kleinen Menge\* fluoridhaltiger Kinderzahnpasta geputzt werden.

#### ... beim vollständigen Milchgebiss

Ab dem vollständigen Milchgebiss mit ungefähr 2½ Jahren verwenden Sie 2x täglich eine erbsengroße Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpasta.

Schluckt Ihr Kind Zahnpasta, müssen Sie sich keine Sorgen machen.

#### ... beim bleibenden Gebiss

Mit dem Durchbruch der bleibenden Zähne wird empfohlen, 2x täglich eine höher fluoridierte Junior- oder Erwachsenenzahnpasta zu verwenden. Zusätzlich kann man noch 1x wöchentlich ein fluoridhaltiges Gelee auf die Zähne auftragen. Bei erhöhtem Kariesrisiko kann der Zahnarzt fluoridhaltigen Lack auftragen.

Ob Sie Ihrem Kind fluoridhaltige Tabletten geben, besprechen Sie am besten mit dem Kinderarzt, um eine zu hohe Fluoridzufuhr zu vermeiden.

\* Siehe Seite 8

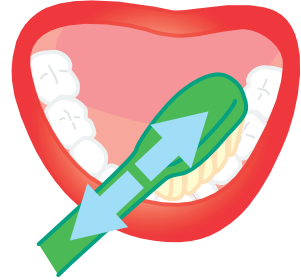
## Die KAI-Putztechnik

Mit der KAI-Putztechnik können Kinder ihre Zähne systematisch putzen:

**K** = Kaufläche → **A** = Außenfläche → **I** = Innenfläche

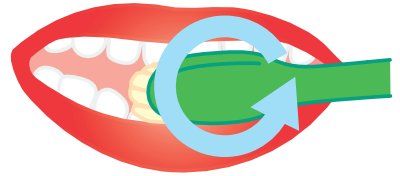
### Stufe 1: Kauflächen schrubben

Je nach Entwicklungsstand beherrschen Kinder mit ungefähr 3 Jahren diese Technik. Zunächst wird das Kind nur Schrubb-Bewegungen machen.



### Stufe 2: Außenflächen kreisend putzen

Mit spätestens 3 ½ bis 4 Jahren kann das Kind dann auch die Außenflächen mit Kreisbewegungen putzen.



### Stufe 3: Innenflächen auswischen

Im Alter von ungefähr 5 Jahren beherrscht das Kind die KAI-Technik vollständig und kann nun auch die Innenflächen auswischen.



Auch wenn das Kind jetzt nach der KAI-Technik seine Zähne selbst putzt: Das Nachputzen durch die Eltern wird dadurch nicht ersetzt. Erwachsene putzen die Kinderzähne am besten auch mit der KAI-Technik nach.

# Die Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e. V. (LAGZ)

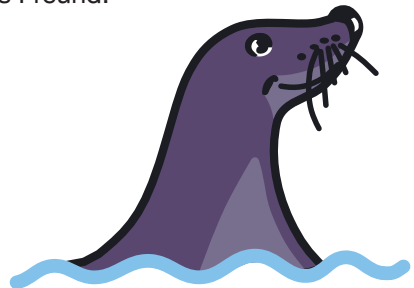


## Gesunde Zähne – Gesunde Kinder

Wir sind die Organisation, die Ihr Kind in einer Betreuungseinrichtung auf dem Weg in eine zahngesunde Zukunft begleitet.

Unsere LAGZ-Patenzahnärzte besuchen Krippen, Kindertagesstätten und Fördereinrichtungen im Auftrag des Freistaats Bayern:

- Wir üben dort mit Patentier „Goldie“ das Zähneputzen in der Gruppe.
- Wir achten zusammen mit den Erziehern auf zahngesunde Ernährung.
- Ihr Kind erlebt den Zahnarzt als Freund.



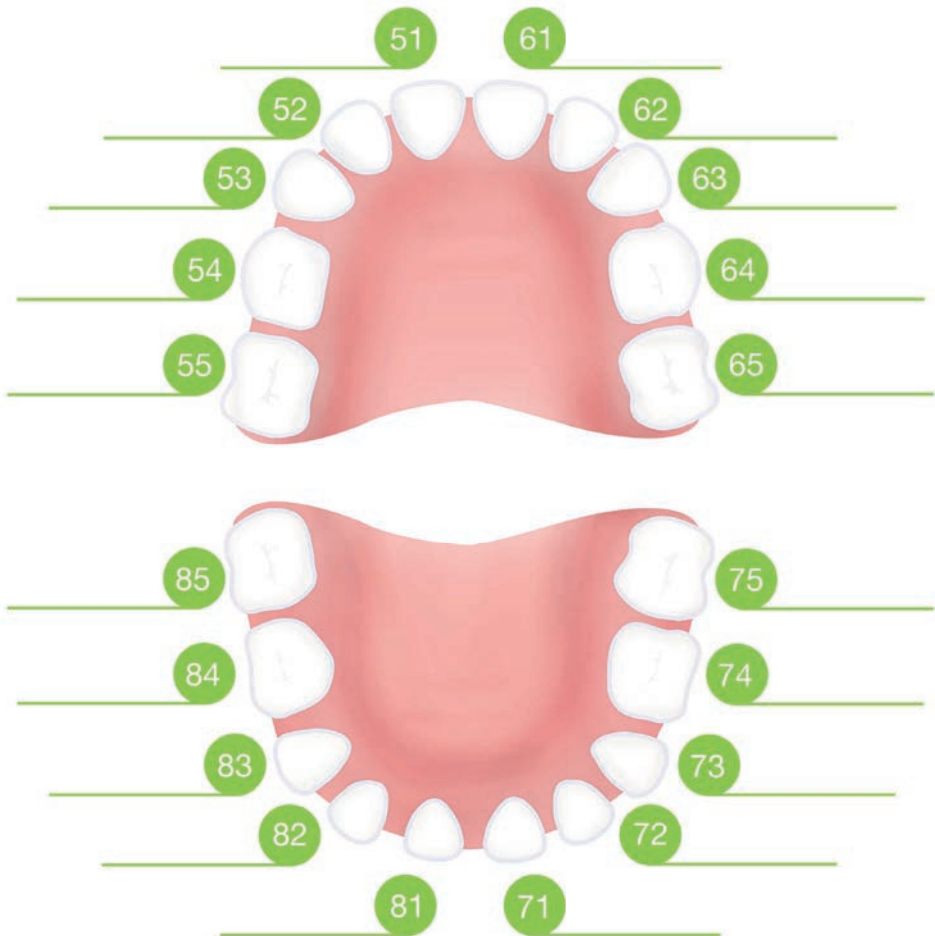
## Aktion Seelöwe

Die „Aktion Seelöwe“ in den Einrichtungen fordert Sie auf, zur Kontrolle mit Ihrem Kind in regelmäßigen Abständen eine Zahnarztpraxis zu besuchen.

## Zum Eintragen

### Wann kommen die Zähne?

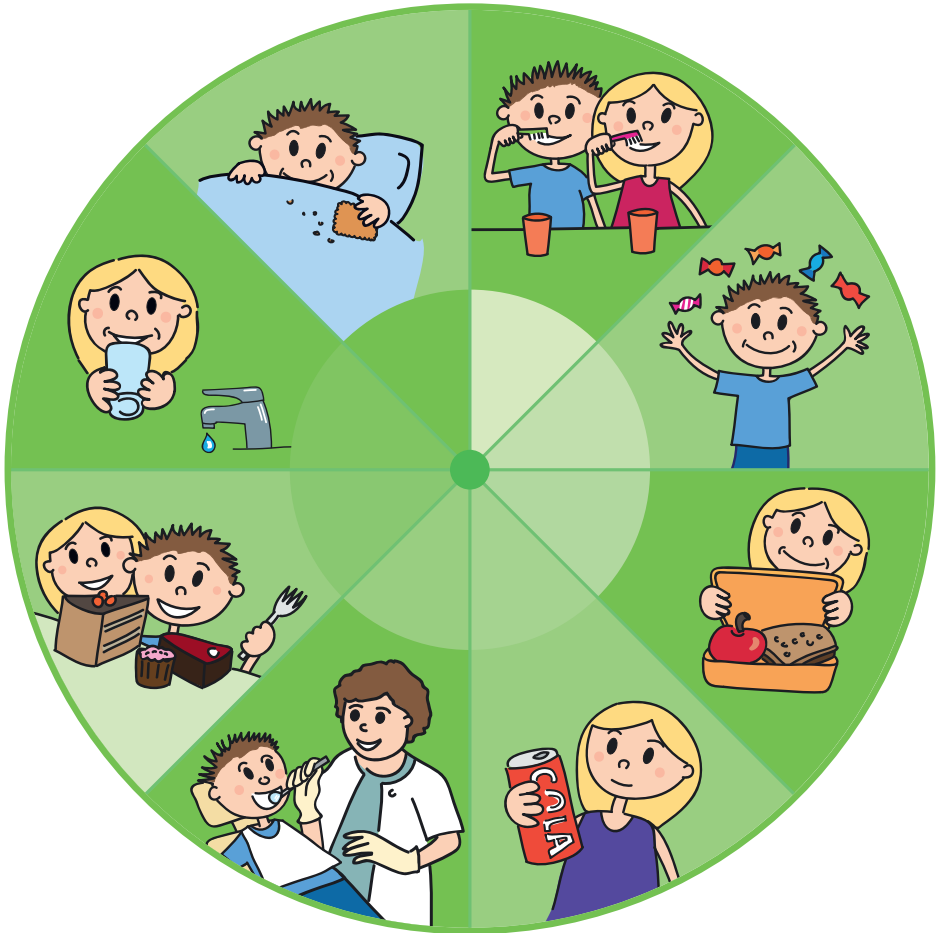
Tragen Sie hier ein, wann ein Zahn bei Ihrem Kind durchgebrochen ist  
(z. B. Zahn 61 am 15.8.2019).





## Wer weiß es: Was tut den Zähnen gut und was nicht?

Schauen Sie sich mit Ihrem Kind das Bild an: Markieren Sie gemeinsam die Situationen mit einem Kreuz ✗, die den Zähnen schaden. Markieren Sie die Situationen mit einem Häkchen ✓, die gut für die Zähne sind.



## Zum Eintragen

Untersuchung Mutter	Termin	
Beginn Schwangerschaft		U-Z A
Ende Schwangerschaft		U-Z B
Untersuchung Kind	Termin	
6 Monate		FU-Z 1a 6. bis 9. Monat
1 Jahr		FU-Z 1b 10. bis 20. Monat
2 Jahre		FU-Z 1c 21. bis 33. Monat
3 Jahre		FU-Z
3½ Jahre		Kontrolle
4 Jahre		FU-Z
4½ Jahre		Kontrolle
5 Jahre		FU-Z
5½ Jahre		Kontrolle
6 Jahre		Kontrolle

U-Z = Untersuchung werdende Mutter – Zahnarzt

FU-Z = Früherkennungsuntersuchung Kind – Zahnarzt

**Herausgeber**

Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK)  
Flößbergasse 1, 81369 München  
[www.blzk.de](http://www.blzk.de), [www.zahn.de](http://www.zahn.de)

**Redaktion**

Referat Patienten und Versorgungsforschung

**Fachliche Beratung**

Priv. Doz. Dr. Katharina Bücher, Klinikum der Universität München, Poliklinik für Zahnerhaltung und Parodontologie, Bereich Kinder- und Jugendzahnheilkunde  
Dr. Brigitte Hermann, Vorsitzende der Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit Bayern e. V. (LAGZ)  
Prof. Dr. Christoph Benz, Referent Patienten und Versorgungsforschung der Bayerischen Landeszahnärztekammer

**Gestaltung**

Pokorny Design, München

**Bilder und Grafiken**

Titelbild: Jakob Kärtner, 6 Jahre  
Zahnschemata (S. 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 32): BLZK  
Zeichnung Zahnbürste (S. 8): BLZK  
KAI-Illustration (S. 30) und Illustration (S. 33): Pokorny Design, München

**Druck**

G. Peschke Druckerei GmbH, Parsdorf bei München

Copyright Bayerische Landeszahnärztekammer

Alle Rechte vorbehalten

Nachdruck, Kopie oder sonstige Vervielfältigung oder Verbreitung, auch von Ausschnitten, nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Bayerischen Landeszahnärztekammer

5. Auflage, 2021

**Hinweis:**

Die verwendeten Bezeichnungen richten sich – unabhängig von der im Einzelfall verwendeten Form – gleichermaßen an alle Frauen und Männer.

Online-Bestellung und Fax-Bestellformular: [www.blzk.de/shop](http://www.blzk.de/shop)

