

Zähnen wechsele dich

Der Zahnwechsel ist eine Herausforderung: durchbrechende Zähne und enge Zwischenräume erschweren das Putzen. Doch gerade jetzt kommt es auf sorgfältige Pflege an.

Im sechsten Lebensjahr beginnt die Zeit des Zahnwechsels. Und zwar in der Regel schon lange, bevor der erste Milchzahn wackelt – oft unbemerkt vom Kind und auch von seinen Eltern brechen nämlich zu Beginn die ersten großen Backenzähne durch. Sie wachsen unauffällig hinter der Milchzahnreihe heran,

haben also gar keinen Vorgänger, den sie erst noch hinauswerfen müssten.

Die folgenden bleibenden Zähne haben es da etwas schwerer. Ihre Entwicklung hat bereits kurz nach der Geburt begonnen, und in einem Röntgenbild wären sie alle schon vor Beginn des Zahnwechsels erkennbar. Ist ihre Zeit gekommen, schie-

ben sich die „Zweiten“ in Millimeterarbeit nach oben, während sich die Wurzel des Milchzahns langsam auflöst. Hat der Körper die Milchzahnwurzel weitgehend abgebaut, beginnt das nun haltlose Zähnchen zu wackeln. Dann dauert es nicht mehr lange, bis die Milchzahnkrone ausfällt.

PROMOTION

Schmerzempfindliche Zähne? Relief ACP Gelee ausprobieren

Menschen mit sensiblen Zähnen kennen das Gefühl: Beim Genuss von heißen oder kalten Speisen und Getränken geht ein Ziehen und Stechen durch die Zähne. Wer sorglos genießen möchte, kann seine Zähne mit dem Relief ACP Gelee für diese Temperatur-Extreme fit machen.

Schutz vor Hitze, Kälte und Karies

Eine einzigartige Wirkstoffkombination aus drei Mineralien hat das Gelee in den USA schon zu einem erfolgreichen Produkt gemacht. Das patentierte ACP repariert beispielsweise Schäden in der Zahnoberfläche. Die Zähne sind so sicher vor Hitze, Kälte, Säuren und Berührungen geschützt, fühlbar glatt und glänzend. Weiterer Vorteil: Das Relief ACP Gelee hilft dabei, Karies vorzubeugen.

Schon rein optisch wird deutlich, dass Relief ACP Gelee keine her-

kömmliche Zahncreme für empfindliche Zähne ist. Das Gelee wird in Spritzen für eine genaue Dosierung angeboten. Damit fällt es leicht, das Gelee direkt zu applizieren und morgens wie abends nach dem Zähneputzen mit dem Finger einzumassieren – jeweils 3 Minuten reichen. Wer es lieber mag, kann Relief ACP Gelee zweimal täglich für jeweils 10 bis 15 Minuten in Zahnschienen einwirken lassen. Die entsprechenden Schienen werden individuell vom Zahnarzt angefertigt.

Das Gelee ist ein freiverkäufliches, in der Apotheke erhältliches Medizinprodukt. Es wird ab dem 14. Lebensjahr angewendet.

Relief ACP

Wer schmerzempfindliche Zähne hat,
kann das Relief ACP Gelee ausprobieren.



Ein guter Tipp: „quer“ putzen

Eltern sollten bei ihren Kindern schon im sechsten Lebensjahr immer mal wieder überprüfen, ob bereits „heimlich“ hinter den letzten Milchzähnen oben und unten ein bleibender Backenzahn erschienen ist. Denn das Kariesrisiko für die so genannten Sechsermolaren ist in der Durchbruchphase am höchsten – aus mehreren Gründen:

- Der Kindermund ist noch relativ klein, die hintersten Zähne sind schwer zu erreichen.
- Die Kaufläche der Sechsermolaren liegt zunächst noch deutlich unter dem Niveau der Milchzähne – bei den üblichen Hin- und Herbewegungen kommt die Zahnbürste dort kaum hin.
- Die neuen Backenzähne sind anfangs noch relativ weich. Es dauert einige Monate, bis ihr Schmelz ausgehärtet ist. Werden die Sechsermolaren nicht täglich sauber geputzt, kann sich schnell Karies entwickeln. Um das zu verhindern, hilft ein Trick: das „Querputzen“. Die Eltern reinigen die durchbrechenden Backenzähne jeden Abend, indem sie die Zahnbürste im rechten Winkel zur üblichen Putzrichtung bewegen – also quer zur Zahnreihe. Wer unsicher ist, kann sich das Querputzen in der Zahnarztpraxis zeigen lassen.

Zur Junior-Zahnpasta wechseln

Um das Kariesrisiko zu minimieren, sollte ab dem Durchbruch der ersten bleibenden Zähne von der Kinderzahnpasta auf eine Junior-Zahnpasta mit höherem Fluoridgehalt (1.000 bis 1.500 ppm) gewechselt werden. Zusätzlichen Schutz kann ein Fluoridgel bieten, das einmal wöchentlich aufgetragen wird. Eltern sollten mit dem Zahnarzt besprechen, ob diese Maßnahme bei ihrem Kind sinnvoll ist. Wenn alle vier Sechser-Backenzähne durchgebrochen sind, ist ein Besuch beim Zahnarzt ohnehin sehr zu empfehlen: Er kann die Grübchen (Fissuren) in den Kauflächen mit einer dünnen Kunststoffschicht versiegeln – sie schützt für mehrere Jahre vor Karies. Die Fissurenversiegelung der bleibenden Backenzähne zählt zu den kassenzahnärztlichen Leistungen, die gesetzlich versicherte Patienten im Alter zwischen 6 und 17 Jahren zuzahlungsfrei in Anspruch nehmen dürfen.

Kontrolle ist besser

Erst mit etwa sieben Jahren können Kinder wirklich selbstständig ihre Zähne reinigen, ohne dass die Eltern nachputzen müssen. Grundsätzlich gilt: Sobald ein Kind fließend schreiben kann, reicht die manuelle Geschicklichkeit aus, um eine effektive Mundhygiene auch allein zu schaffen. Die Eltern sollten allerdings den Putzerfolg noch regelmäßig kontrollieren.

„Ja, die mögen wir!“

Gesundheit beginnt im Mund – je früher, desto besser, mit

Kinderzahncreme
nenedent

zum „Gerne-Zähneputzen“

nenedent[®]
Kinderzahncreme
ohne Fluorid
mit 13 % Xylit

Inhalt: 50 ml, PZN 08771777

nenedent[®]
Kinderzahncreme
mit 500 ppm Fluorid
mit 13 % Xylit

Inhalt: 50 ml, PZN 08771783

nenedent[®]
Kinderzahncreme
homöopathieverträglich
mit 500 ppm Fluorid
mit 13 % Xylit

Inhalt: 50 ml, PZN 07275935



Tipps und Tricks zum „Gerne-Zähneputzen“
und weitere Informationen finden Sie unter
www.gerne-zähneputzen.de