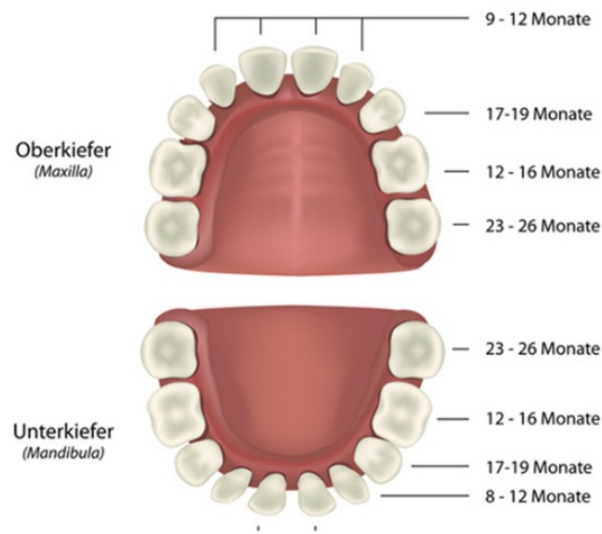


Milchzahnpflege



WANN
KOMMEN
SIE?



WIE
PUTZEN
WIR
SIE?



TIPPS UND TRICKS BEIM ZÄHNEPUTZEN

- ab dem 1. Zahn wird geputzt, 2-3 mal täglich
- gegenseitig und gemeinsam Zähneputzen
- Zahnbürste selber aussuchen
- Zahnpasta soll schmecken, Menge: ca. Erbsengross
- Abendritual
- Sanduhr benutzen
- Musik hören, Zahnputzlied singen

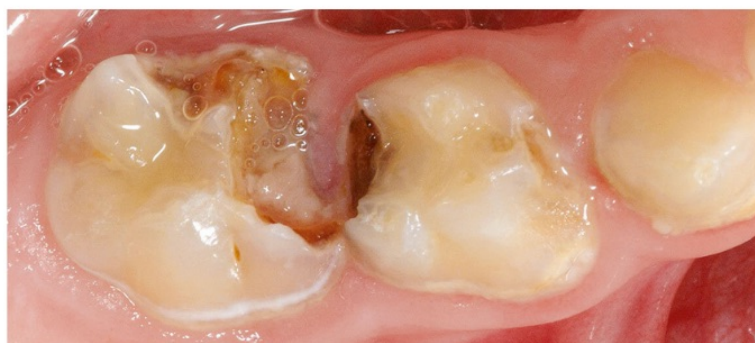
WARUM IST DIE PFLEGE UND DER ERHALT DER MILCHZÄHNE SO WICHTIG?



- gut sprechen, singen, lachen können
(Selbstbewusstsein stärken)
- Nahrung gut kauen, abbeißen können
(gesunde Ernährung, gute Verdauung, gute Entwicklung)



- Platzhalter für die bleibenden Zähne (Zahnstellung)
- Karies an Milchzähnen und bleibenden Zähnen vermeiden (Schmerzen, schlechte Erfahrungen beim Zahnarzt und hohe Kosten vermeiden)



WANN UND WIESO BEGINNEN DIE MILCHZÄHNE ZU WACKELN?

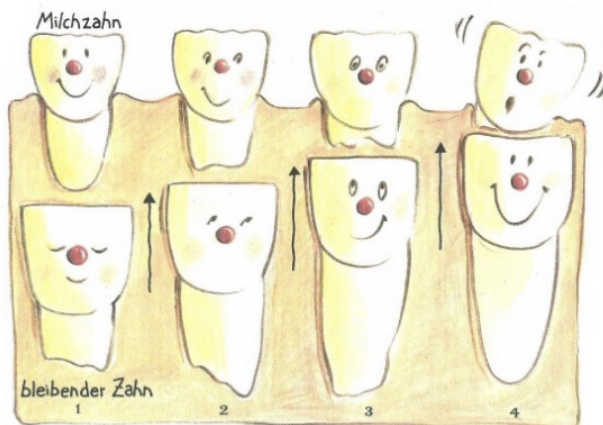
Zahnlücken im Milchzahngewiss sind ganz normal. Der Kiefer wächst und macht so langsam Platz für die grösseren bleibenden Zähne. Ein Milchzahngewiss hat 20 Zähne ein bleibendes Gewiss 28-32 Zähne.



Milchzahngewiss eines 5-jährigen

WIESO WACKELN MILCHZÄHNE?

Hier kannst du mitverfolgen, was in deinem Kiefer passiert, bis dein Milchzahn anfängt zu wackeln.

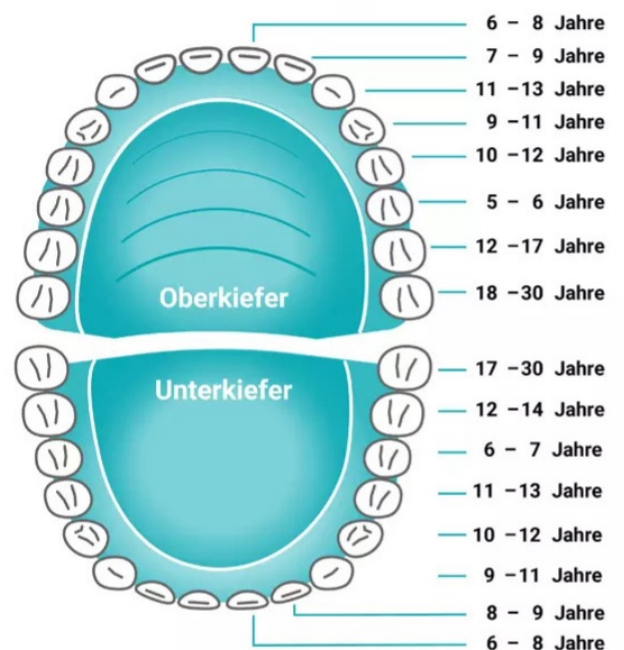


Der bleibende Zahn schiebt sich langsam nach oben. Dabei drückt er gegen die Wurzel des über ihm liegenden Milchzahns. Die wird dadurch immer kürzer. Sie schrumpft und löst sich auf, so dass sie den Milchzahn nicht mehr richtig im Kiefer festhalten kann. Plötzlich merkst du, dass du einen Wackelzahn hast! Aber bald schon kommt der neue Zahn nach.

Der bleibende Zahn löst die Wurzel des Milchzahnes auf, dieser beginnt zu wackeln, wenn die ganze Wurzel aufgelöst wurde, fällt der Zahn meistens von selber aus.

Der Zahnwechsel dauert teils bis in die Pubertät, deshalb ist es wichtig, dass die Milchzähne bis dahin gesund bleiben.

Durchbruch bleibende Zähne



WO IST, WIEVIEL ZUCKER DRIN?

Je häufiger Zucker konsumiert wird, desto grösser die Gefahr, dass Karies entstehen kann.

<p>Schokolade 100 g</p> <p>58g Zucker = 19 Würfelzucker</p>	<p>Pick up! 28g</p> <p>9,8g Zucker = 3 Würfelzucker</p>	<p>Oreo 11 g</p> <p>4g Zucker = 1 Würfelzucker</p>
<p>Oreo 14 x 11 g</p> <p>57,4g Zucker = 19 Würfelzucker</p>	<p>M&M's 45g</p> <p>30,3g Zucker = 10 Würfelzucker</p>	<p>Knoppers 25g</p> <p>8,7g Zucker = 3 Würfelzucker</p>
<p>Kinder Riegel 21 g</p> <p>11,1g Zucker = 4 Würfelzucker</p>	<p>Kinder Country 23,5 g</p> <p>11,5g Zucker = 4 Würfelzucker</p>	<p>Haribo Frösche 200 g</p> <p>106g Zucker = 35 Würfelzucker</p>



Empfohlen wird für ein 2-4 jähriges Kind nicht mehr als 4 Teelöffel Zucker = 4 Würfelzucker (16g) pro Tag isst.

Abb. 4: Empfohlene Zuckerquellen

Beschränkte Konsumation



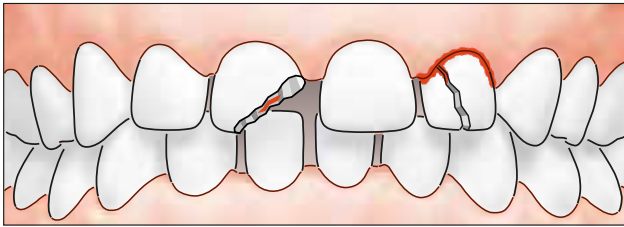
- Bei offenen Wunden ist möglicherweise eine Wundstarrkrampf- bzw. Tetanusimpfung notwendig. Hausarzt fragen! Starke Blutungen durch Anpressen eines Stofftuches oder Verbandes stoppen.
- Bei Zeichen einer Hirnerschütterung (Schwindel, Erbrechen, ungleich grosse Pupillen) sofort mit Hausarzt oder Spital Kontakt aufnehmen.
- Alle Zahnunfälle sind unverzüglich 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 es im Moment des Unfalls abzusehen ist.

Zahn Unfälle

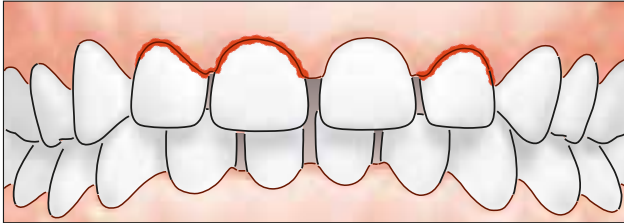
- Jeden Zahnunfall sofort dem Zahnarzt melden
- Was ist passiert, wann, wie, wo?
- Alter des Kindes?
- Milchzähne oder bleibende Zähne betroffen?
- Auch Bagatellunfälle können Komplikationen nach sich ziehen

Wichtig

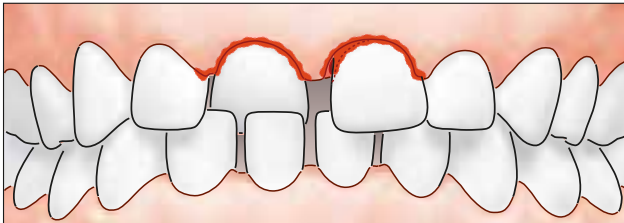
Milchzähne



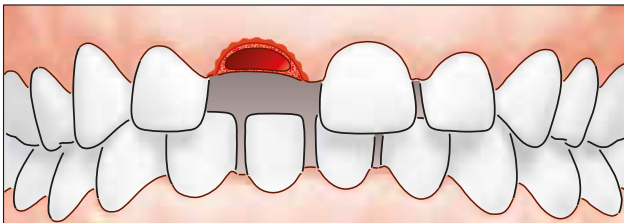
Abgebrochen
Bei kleineren abgebrochenen Stücken innert Tagen den Zahnarzt aufsuchen. Bei Blutung aus dem Zahn am selben Tag zum Zahnarzt gehen.



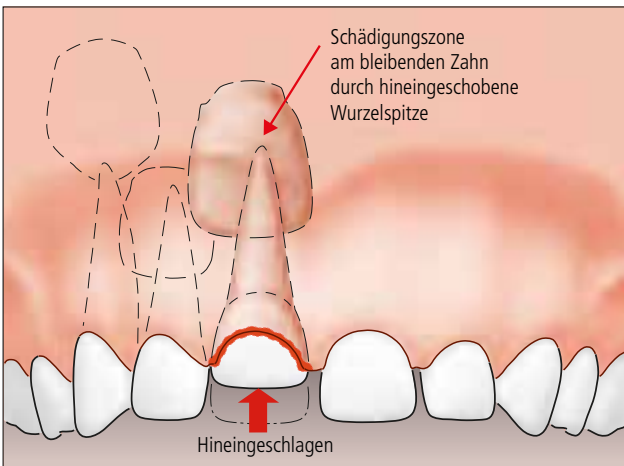
Gelockert
Behandlung ist nicht dringend. Zahnarzt innert Tagen konsultieren.



Verschoben
Möglichst sofort zum Zahnarzt gehen, damit der Zahn allenfalls an seinen richtigen Platz gedrückt werden kann (nur **am selben Tag** möglich!).



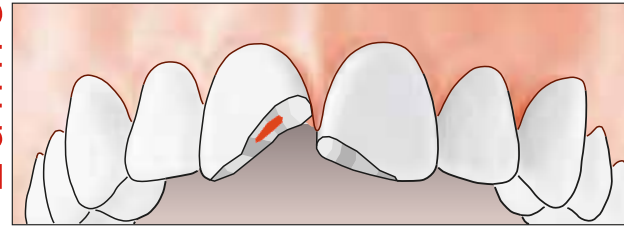
Herausgeschlagen
Behandlung ist nicht dringend, da es meist nicht sinnvoll ist, ausgeschlagene Milchzähne wieder einzusetzen (innert Tagen zum Zahnarzt gehen).



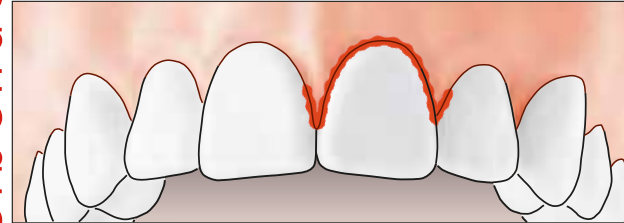
Hineingeschlagen
Behandlung ist selten nötig. Auf jeden Fall aber Zahnarzt informieren (höchstes **Folgeschäden**-Risiko für bleibenden Zahn!).

Milchzahnunfälle können Schäden an noch nicht durchgebrochenen bleibenden Zähnen verursachen! Diese Zahnkeime sind unter bzw. hinter den Milchzähnen angeordnet und befinden sich in einem verletzbaaren Entwicklungsstadium. Einwirkungen können den weiteren normalen Wachstumsverlauf stören und verschiedene Defekte am bleibenden Zahn hinterlassen.

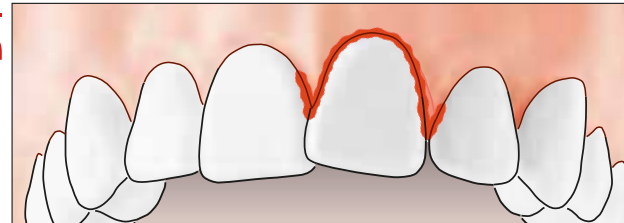
Bleibende Zähne



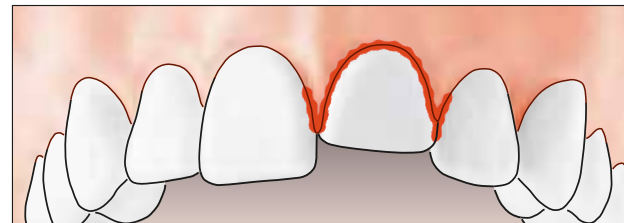
Abgebrochen
Je mehr abgebrochen, desto dringender ist die Behandlung (**innert Stunden!**). Grosse abgebrochene Stücke mitnehmen! (Diese können evtl. wieder angeklebt werden.)



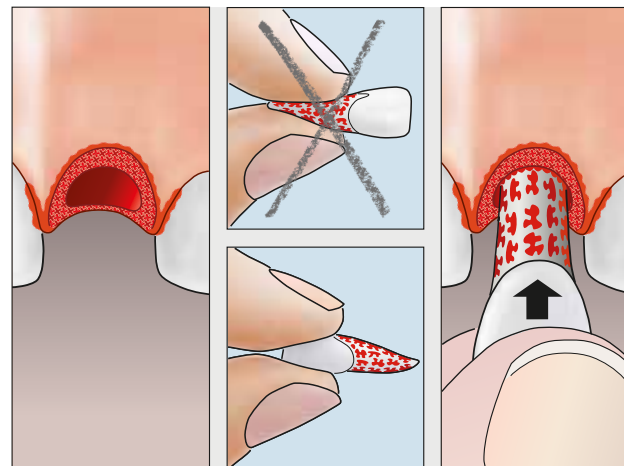
Gelockert
Behandlung ist dringend. Der Zahn muss eventuell an seinem Platz mit einer Schiene fixiert werden (**innert Stunden!**).



Verschoben
Behandlung ist dringend. Der Zahn muss an seinen Platz gedrückt und dort mit einer Schiene fixiert werden (**innert Stunden!**).



Hineingeschlagen
Behandlung ist dringend (**innert Stunden!**). Der Zahn muss an seinen richtigen Platz gebracht werden. Höchste Gefahr für Komplikationen!



Herausgeschlagen
Wenn möglich sofort wieder einsetzen! Sonst sofortiger Transport zum Zahnarzt!
Zahn **nicht** an der Wurzel anfassen!
Zahn **nicht** mechanisch reinigen oder desinfizieren!
Bei sichtbarer Verschmutzung kurz unter fließendem Wasser abspülen.

Zum Transportieren Zahn **feucht** aufbewahren in:

- Milch
- physiologischer Kochsalzlösung
- Plastiksäcklein mit etwas Speichel

Nicht geeignet:

- reines Wasser
- Desinfektionsmittel wie Alkohol etc.