

Aufklärungsbogen Fluoride im Kindesalter zur Kariesprophylaxe

Karies entsteht durch das Zusammenwirken von kariesauslösenden Mikroorganismen (Plaque), unzureichender Mundhygiene und Fehlernährung (häufige Aufnahme von Zucker). Neben diesen Hauptfaktoren gibt es zahlreiche zusätzliche Einflüsse, die die Kariesentstehung und die Kariesentwicklung begünstigen. Auf der Grundlage dieser Kenntnisse ist es heute möglich, durch unterschiedliche Maßnahmen die Karies entweder zu verhindern oder bereits bestehende, wenig ausgeprägte Kariesläsionen zum Stillstand zu bringen.

Neben der mechanischen Plaqueentfernung ist die Fluoridanwendung die wichtigste kariesprophylaktische Maßnahme. Fluoride werden in unterschiedlicher Darreichungsform entweder vom Patienten zu Hause oder aber in der Zahnarztpraxis verwendet. Man geht heute davon aus, dass der Kariesrückgang bei Kindern und Jugendlichen in erster Linie auf den breiten Einsatz von Fluoriden zurückgeführt werden kann.

Welche Fluoridierungsmaßnahmen gibt es?

Fluoride werden über fluoridhaltige Zahnpasta, fluoridiertes Speisesalz, Fluoridtabletten, fluoridierte Mundspüllösungen, fluoridhaltige Gele und Fluoridlacke in die Mundhöhle eingebracht und können dort mit der Zahnoberfläche reagieren. Über die kariesprophylaktische Wirkung dieser Maßnahmen liegen wissenschaftlich gesicherte Kenntnisse vor.

Was sollte bei Fluoridierungsmaßnahmen beachtet werden?

Fluoridierungsmaßnahmen zielen darauf ab, eine möglichst optimale Kariesprävention zu erreichen. Dabei lässt sich nicht vermeiden, dass fluoridhaltige Präparate auch zum Teil verschluckt werden. Dies gilt insbesondere für kleine Kinder bis zum Alter von vier Jahren. Überhöhte Fluoridaufnahmen können dann an den bleibenden Zähnen zu ästhetischen Veränderungen in Form von weißen Schmelzflecken führen. Deshalb sollte die Fluoridanwendung kontrolliert erfolgen.

Die regelmäßige Anwendung von Fluoriden ist zum Beispiel durch den täglichen Gebrauch fluoridhaltiger Zahnpasta gewährleistet. Bei gründlicher Zahnreinigung mit der Zahnbürste werden dabei auch kariesauslösende Bakterien von der Zahnoberfläche entfernt, und zusätzlich wird Zahnfleischentzündungen vorgebeugt.

Ab dem Durchbruch des ersten Milchzahns bis zum zweiten Geburtstag sollte zweimal täglich eine Kinderzahnpasta mit 0,10% (= 1000 ppm) Fluorid in einer reiskorngroßen Menge verwendet werden.

Alternativ kann in den ersten beiden Lebensjahren zweimal täglich auch eine Zahnpasta mit 0,05% (= 500 ppm) Fluorid in einer erbsengroßen Menge verwendet werden.

Ab dem zweiten Geburtstag sollte zweimal täglich eine Kinderzahnpasta mit 0,10% (= 1000 ppm) Fluorid in einer erbsengroßen Menge verwendet werden.

Nach Durchbruch der ersten bleibenden Zähne (ca. sechstes Lebensjahr) sollte dann mit einer fluoridhaltigen Junior- oder Erwachsenenzahnpasta (bis zu 0,15% Fluorid = max. 1500 ppm) mindestens zweimal täglich eine Zahnreinigung erfolgen.

Da kleine Kinder noch nicht richtig ausspucken können, verschlucken sie einen Teil der Zahnpasta. Deshalb sollte bis zum zweiten Lebensjahr nur die empfohlene geringe Menge an Zahnpasta verwendet werden.

Neben der Anwendung fluoridhaltiger Zahnpasta sollte im Haushalt fluoridhaltiges Speisesalz zum Kochen und Backen genutzt werden. Fluoridtabletten zur Kariesprophylaxe dürfen dann nicht gleichzeitig zum Einsatz kommen. Neben diesen häuslich einzusetzenden Fluoridpräparaten zur so genannten Basisprophylaxe können auf zahnärztliches Anraten zu Hause oder direkt beim Zahnarzt zusätzliche Fluoridierungsmaßnahmen erfolgen.

Zusätzliche Fluoridierung

Der behandelnde Zahnarzt klärt, welche Form der Fluoridgabe für Ihr Kind richtig ist. Eine individuell festgelegte, ausreichende Fluoridzufuhr kann das Kariesrisiko etwas um die Hälfte reduzieren.

Nur bei Kindern mit erhöhtem Kariesrisiko entscheidet der behandelnde Zahnarzt, ob bei diesen die Tabletten-Fluoridierung über das Säuglingsalter hinaus erfolgen sollte.

Zusätzlich kann dann eine lokale Fluoridierung in unserem Zahnkowski MVZ mittels speziellem Fluorid-Lack oder Gelee erfolgen, die auch ab ca. 7 Jahren regelmäßig zu Hause unter Aufsicht 1 x wöchentlich erfolgen sollte.

Fluoride schützen aber nicht gegen Karies, wenn die Zahn- und Mundpflege vernachlässigt wird oder die Ernährung nur zuckersüß ist.

ZAHNKOWSKI mvz