



So haben Kinder keine Angst vor dem Zahnarzt

VON BERNHILD HAGEMEISTER

Viele Menschen gehen ungern zum Zahnarzt, tun dies jedoch regelmäßig, weil sie wissen, dass es ihrer Zahngesundheit zugute kommt und ihnen auf lange Sicht Schmerzen, Zeit und Kosten erspart.

Auch für ihre Kinder wollen Eltern gute Bedingungen für gesunde Zähne und festes Zahnfleisch. Vor allem möchten sie, dass bei ihrem Nachwuchs keine Angst vor der Zahnbehandlung aufkommt, die eventuell nötige Behandlungen erschweren würde.

Von Seiten der Zahnärztinnen und Zahnärzte geht man heute viel mehr noch als in der vorigen Generation sensibel mit diesem Thema um. Es gibt beispielsweise spezielle Kinderzahnarzt-Praxen. Doch auch

Praxen für Kinder und Erwachsene stellen sich darauf ein, die Kleinen freundlich zu empfangen und sie spielerisch an Untersuchung und Behandlung heranzuführen.

„Oft zeigt beim ersten Zahnarztbesuch eine Mitarbeiterin zunächst die Räumlichkeiten und erklärt kindgerecht, welche Dinge für die Untersuchung benötigt werden und wie diese vorgenommen wird. Es kann zum Beispiel anhand eines mitgebrachten Stofftiers geübt werden,“ sagt Johanna Kant, Vorsitzende des Bundesverbandes der Kinderzahnärzte. „Und sollten sich die Kinder beim ersten Besuch nicht trauen, ihre Zähne zu zeigen, wird ein neuer Termin gemacht. Doch dies ist meistens nicht nötig, da Kinder neugierig und interessiert sind.“ Kleine Be-



Früh übt sich, wer ein Leben lang gesunde Zähne haben will. BILD: LAGOM-FOTOLIA



Dem Kuscheltier werden schon mal die Zähne geputzt. BILD: KUNSTMANN-FOTOLIA

handlungen wie eine Fissurenversiegelung seien wie eine Schutzimpfung gegen Angst. „Kinder, die die Erfahrung gemacht haben, dass es völlig okay ist, wenn der Zahnarzt etwas im Mund macht, haben bei weiteren Behandlungen weniger Angst als Kinder, die nur zum Nachgucken beim Zahnarzt waren“, so Johanna Kant.

Ist die Angst ausgeprägt, können Zahnärzte sie mit einer Lachgassedierung oder Hypnose vermindern. In besonderen Fällen komme eine Narkosebehandlung in Frage, die allerdings das Grundproblem Angst

nicht bekämpfe.

Wenn Eltern in ihrer eigenen Kindheit schlechte Erfahrungen mit Zahnbehandlung gemacht haben und Angst vor dem Zahnarzt haben, sollten sie versuchen, ihren Kindern die Angst nicht zu zeigen. „Wichtig ist, den Zahnarztbesuch des Kindes nicht aufgrund eigener Vermeidungstendenzen aufzuschieben“, rät Johanna Kant. „Das Kind sollte einen entspannten ersten Besuch erleben und ihn nicht mit Zahnschmerzen und einer Akutbehandlung verbinden.“ Falle der Gang zum Zahnarzt der Mutter oder dem Vater übermäßig schwer, könne eine andere Bezugsperson wie der Partner

oder die Großeltern das Kind begleiten. Unbedingt sollten beruhigend gemeinte Formulierungen wie „Du brauchst keine Angst zu haben“ oder „Das war doch gar nicht schlimm“ vermieden werden, da sie Unsicherheit und Angst erzeugen können.

Ein günstiger Zeitpunkt für den ersten Zahnarztbesuch liegt nach Ansicht von Johanna Kant vor dem ersten Geburtstag. Es geht dabei eher um die Information der Eltern über die richtige Zahnpflege beim Kind, den Zusammenhang zwischen der eigenen Zahngesundheit und Mundhygiene der Eltern und dem Kariesrisiko beim Kind, um Fluoride, Schnuller

und zahngesunde Ernährung. Noch vor dem Durchbruch der ersten Zähnchen können Eltern den Kieferkamm sanft massieren, damit die Kinder sich früh an die Zahnpflege gewöhnen. Sofort nach dem Durchbruch müssen die Zähne geputzt werden.

„Eltern können dafür sorgen, dass es ihr Kind dabei bequem hat und Stress vermieden wird“, rät Johanna Kant. „Ansonsten gilt: Zähneputzen gehört zu den Dingen im Leben, die nun mal passieren müssen wie das Anschnallen im Auto oder eine warme Jacke im Winter, auch wenn das Kind im Moment vielleicht anderer Meinung ist.“

Dental Technik Kiehstaller GmbH

DENTAL
TECHNIK
KIEHSTALLER



Klingnauer Straße 16 | D-79761 Waldshut 1 |
direkt am Zoll

Telefon +49(0) 77 51/83 26-0 | Fax +49(0) 7751/83 26-26
E-Mail: kontakt@dentaltechnik-kiehstaller.de

FRANK SCHNEBLE
ZAHNARZTPRAXIS

WIRKUNGSVOLL

- Prophylaxe
- Zahnerhaltung
- Ästhetischer Zahnersatz
- Zahnimplantate

ZAHNARZTPRAXIS FRANK SCHNEBLE
Gartenstraße 2 · 79761 Waldshut
T +49 7751/4100 · F +49 7751/4177
www.zahnarztpraxis-schneble.de

Wie man Zahnseide richtig benutzt

Mit Zahnseide lassen sich die letzten Essensreste aus dem Gebiss entfernen, die die Zahnbürste nicht erwischt hat - wenn die Zahnseide richtig benutzt wird. „Am besten beginnt man beim Reinigen mit den vorderen Zähnen. Dort ist es am einfachsten“, erklärt Sebastian Ziller, Leiter der Abteilung Prävention und Gesundheitsförderung der Bundeszahnärztekammer (BZÄK) in Berlin. Die Zahnseide sollte an beiden Enden festgehalten und in den Zahnzwischenräumen mehrmals nach oben und unten bewegt werden. Das gleiche beim nächsten Zahn, bis das komplette Gebiss gereinigt ist.

Der Griff zur Seide lohnt sich vor allem abends: Über den Tag hinweg haben sich Speisereste in den Zwischenräumen angesammelt, die nun nach dem

Zähneputzen entfernt werden können. „Ich kann nur empfehlen, die Zahnzwischenräume mindestens alle zwei Tage mit Zahnseide zu reinigen“, rät der Zahnarzt.

Wer seine Zähne optimal reinigen möchte, hat die Wahl zwischen gewachsenen und ungewachsenen Fäden. Die richtige Zahnseide findet der Verbraucher, indem er sich nach der Größe seiner Zahnzwischenräume richtet: Bei eng stehenden Zähnen empfiehlt Ziller eine gewachste Zahnseide. Diese gleite leichter durch die engen Stellen.

Für große Zahnzwischenräume ist ungewachste Zahnseide besser geeignet. „Sie raut sich beim Benutzen etwas auf, wie ein Zwirn, der zwischen den Fingernägeln zerrieben wird“, erklärt er. Es gebe auch bereits aufgebrauchtes Material zu

kaufen, das für große Zwischenräume oder bei Zahnspangen geeignet ist.

Grundsätzlich sollten Verbraucher sich die richtige Anwendung von einem Zahnarzt oder einer Prophylaxehelferin in der Arztpraxis zeigen lassen. Ansonsten könne die Papille, das dreieckige Zahnfleischstück zwischen den Zähnen, leicht verletzt werden, erklärt Ziller.

Zähne optimal reinigen

Eine Alternative zur Zahnseide biete nur die Interdentalbürste, sagt er. „Mit ihr gelangt man gut unter festsitzende Brücken, Zahnspangen und in erweiterte Zwischenräume.“ Die Bürste, die aussieht wie ein kleiner Flaschenreiniger, füllt mit ihrem großen Kopf die behandelten Stellen im Gebiss komplett aus. (dpa)

ZAHNMEDIZINISCHE
PRAXISKLINIK
DR. PHILIPP STOLL

- Zahnheilkunde
- Kindgerechte Behandlungsformen
- Prophylaxe
- Narkosebehandlung
- 3D-Röntgen
- Ernährungsberatung
- Parodontologie
- Meisterlabor
- Implantologie

Pommernstraße 15/17
D-79761 WI-Tiengen
Telefon 0 77 41/6 40 81 99

Erzinger Straße 4
D-79771 Klettgau-Grießen
Telefon 0 77 42 / 8 58 22 66

www.praxisklinik-stoll.de · info@praxisklinik-stoll.de

Aus Freude am Lächeln
www.hamm-dental.de

hamm
dental

Günstige
Gelegenheit

www.suedkurier.de/
anzeigen

0800/880 8000
(gebührenfrei, Mo-Fr von 8-18 Uhr,
Sa von 8-12 Uhr)

SÜDKURIER

Seit über 25 Jahren
Kompetenz rund um
Ihren Zahnersatz!

mühling
zahntechnisches labor

Zahntechnisches Labor Mühling
Kirchstraße 23a
D-79730 Murg
Telefon +49(0) 7763/3535
technik@labor-muehling.de