



Die ersten Zähnen

Ein Ratgeber für Eltern

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	3
Die Zähne unter der Lupe	4
Die ersten Zähnchen	8
Richtige Pflege von Geburt an	12
Zahngesund essen und trinken	16
Schmerzhafte Erkrankungen im Mund	22
Rasche Hilfe bei Zahnungsschmerzen & Co.	26
Weiterführende Links für Eltern	30
Buchtipps für Groß und Klein	30

Liebe Eltern,

das erste Zähnchen eines Babys ist ein mit Spannung erwartetes Ereignis, ähnlich wie das erste Wort und die ersten Schritte. Doch der Durchbruch des ersten Zähnchens ist für viele Kinder eine Qual. Sie leiden zum Teil unter starken Zahnungsschmerzen, sind unruhig und quengelig. Das Baby lässt sich kaum beruhigen. So sind die Phasen des Zahnens auch für Eltern eine schwierige Zeit. Dabei gibt es wirksame Mittel gegen Zahnungsschmerzen. Die Möglichkeiten reichen vom gekühlten Beißring bis hin zu schmerzlindernden Mundgelen aus der Apotheke.



Wir, die Firma Kreussler, sind seit Jahrzehnten Spezialisten auf dem Gebiet der Mundgesundheit, insbesondere, wenn es um Schmerzen geht. Mit dem vorliegenden Ratgeber möchten wir Ihnen als Eltern unsere Erfahrung und unser Wissen weitergeben.

Wir haben für Sie nützliche Ratschläge zusammengestellt: zu Zahnungsschmerzen, zur Pflege der ersten Zähnchen, zu zahngesunden Speisen und Getränken, zum ersten Zahnarztbesuch und zu vielem mehr. Außerdem informiert Sie die Broschüre über schmerzhaft erkrankungen von Zahnfleisch und Mundschleimhaut.

Ich wünsche Ihrer Familie alles Gute!

A handwritten signature in blue ink that reads "Stephan Travers". The signature is fluid and cursive, with a large, sweeping initial 'S'.

Dr. Stephan Travers
Geschäftsführender Gesellschafter

Die Zähne unter der Lupe

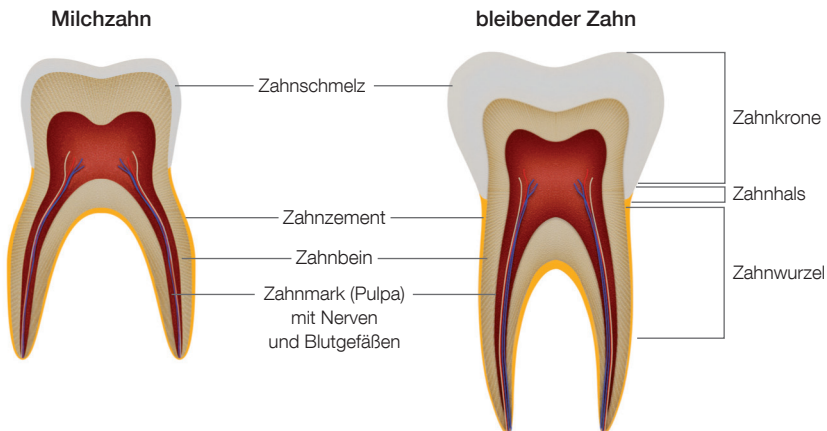
Gesunde Zähne sind nicht nur für die Nahrungsaufnahme, zum Sprechen, Pfeifen oder Singen wichtig, sondern spielen auch eine bedeutende Rolle für eine gute Allgemeingesundheit.

Weit mehr als mit bloßem Auge sichtbar

Man unterscheidet beim Zahn drei Abschnitte: Zahnkrone, Zahnhals und Zahnwurzel. Die aus dem Zahnfleisch herausragenden Abschnitte werden Zahnkronen genannt. Auf ihnen sitzt eine Kappe aus Zahnschmelz, die dem Gebiss seinen milchig-weißen Glanz verleiht. Jeder Zahn hat eine oder mehrere Zahnwurzeln, die in den Kiefer hineinragen. Ihre Oberflächen bestehen aus Wurzelzement – einer knochenähnlichen Substanz.

Zwischen der Krone und der Wurzel liegt der Zahnhals. Unter dem Zahnschmelz und dem Wurzelzement liegt das Zahnbein, das wiederum das Zahnmark im Inneren umschließt – das einzige weiche Gewebe der Zähne. Das Zahnmark ist von Blutgefäßen und Nerven durchzogen und daher sehr schmerz- und temperaturempfindlich. Vor allem, wenn die natürliche Schutzschicht beschädigt ist.

Der Aufbau eines Zahnes





Natürliche Schutzschicht

Der Zahnschmelz ist das härteste Material des menschlichen Körpers. Bei den Milchzähnen ist der Zahnschmelz allerdings sehr viel dünner und weicher. Daher sind Milchzähne empfindlicher als bleibende Zähne.

Milchzähne und Zahnwechsel

Das erste Zähnchen ist in aller Regel ein mittlerer, unterer Schneidezahn. Dieser bricht bei den meisten Säuglingen im Alter von sechs bis acht Monaten durch. Einige wenige Babys haben aber sogar schon Zähnchen, wenn sie das Licht der Welt erblicken. Bis zum ersten Geburtstag haben sich zumeist alle Schneidezähne den Weg in die Mundhöhle gebahnt. Erst dann folgen nach und nach die Eck- und Backenzähne. Zwischen dem zweiten und dritten Lebensjahr ist dann das Milchgebiss komplett.

Die Milchzähne verbleiben so lange im Mund, bis ihre Wurzeln durch die bleibenden Zähne aufgelöst werden und die Milchzahnkronen ausfallen. Der Zahnwechsel beginnt ungefähr mit dem sechsten Lebensjahr.

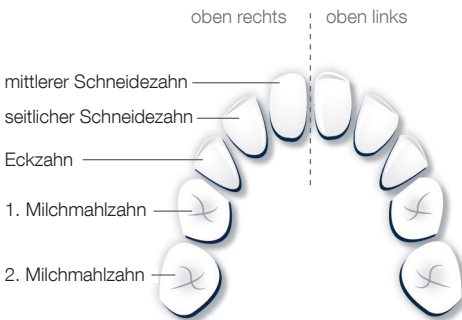
Während das Milchgebiss nur aus 20 Zähnen besteht, sind es beim bleibenden Gebiss insgesamt 32 Zähne, einschließlich der Weisheitszähne.

Zahnform	Anzahl	Funktion	Durchbruch
Schneidezähne	8	Abbeißen von mundgerechten Stücken	ca. 6.–14. Monat
Eckzähne	4	Halten und Zerkleinern von Nahrungsstücken	ca. 18.–24. Monat
Milchmahlzähne (Backenzähne)	8	Zermahlen und Vermischen von Nahrung mit dem Speichel	vordere Mahlzähne: 14.–18. Monat hintere Mahlzähne: 24.–30. Monat

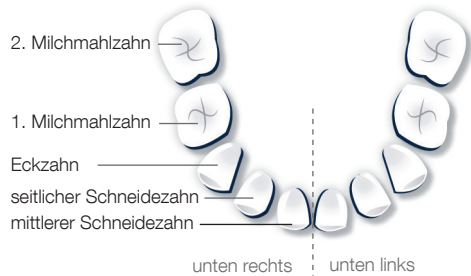


Aufbau des Milchgebisses

Milchgebiss Oberkiefer



Milchgebiss Unterkiefer



Beobachten und Fühlen

In den ersten sechs Wochen wird aus der weichen Zahnleiste des Babys ein breiter und harter Kieferkamm. Die Milchzahnkronen kann man bereits erfühlen und sie lassen sich schon an den Wölbungen erkennen. Bis die Zähnchen tatsächlich zu sehen sind, können allerdings Wochen vergehen!

Die ersten Zähnchen

Wenn sich die Zähnchen den Weg in die Freiheit bahnen, ist das oft ein Kraftakt für das Kind, denn Schmerzen und andere Beschwerden trüben dieses Ereignis. Es gibt einfache und wirksame Mittel, die dem Baby die Phasen des Zahnens erleichtern können.

Schlaflose Nächte für Baby und Eltern

Einige Säuglinge überstehen die Zeit des Zahnens völlig problemlos. Für andere hingegen ist das Zähnchenkriegen eine Qual. Schon Tage vorher ist das Baby unruhig, quengelig und weinerlich. Das Zahnfleisch ist an der betroffenen Stelle stark gerötet und geschwollen; vermehrte Speichelbildung führt zu übermäßigem „Sabbern“.

Viele Kinder sind appetitlos und verweigern die Nahrungsaufnahme. Manchmal sind die Wangen gerötet und sogar mit kleinen Pusteln übersät. Verantwortlich für die schmerzhaften Zahnungsprobleme sind ein gereiztes Zahnfleisch sowie der Druck, den der durchbrechende Zahn auf dieses ausübt.

Speichel begünstigt die Mundgesundheit

Der vermehrte Speichelfluss während der Zahnung ist völlig normal und bietet zusätzlichen Schutz. Die Inhaltsstoffe des Speichels haben nicht nur antibakterielle und wundheilungsfördernde Wirkung, sondern sind auch für die Remineralisierung des Zahnes verantwortlich.



Beißen hilft beim Zahnen

Babys machen intuitiv das Richtige: Sie schieben das Händchen oder die Faust in den Mund und kauen darauf herum. Der dabei erzeugte Druck auf den Kiefer lindert den Schmerz.

Ein Beißring ist eine empfehlenswerte Zahnungshilfe: am besten gut gekühlt, da Kälte ebenfalls Schmerzen nimmt. Vorsicht, das

Kühlen sollte im Kühlschrank erfolgen, aber keinesfalls im Gefrierfach!

Ebenso können Eltern das Zahnfleisch an den geröteten Stellen massieren, zum Beispiel mit einem sauberen Finger mit kurzen Fingernägeln. Hilfreich sind auch Lernzahnbursten mit kleinem, weichem Bürstenkopf, die das Baby unter Aufsicht selbst halten kann.





Fieber, Durchfall und Erbrechen

Manche Säuglinge sind beim Zahnen regelrecht krank. Sie leiden unter einem Infekt der Atemwege und/oder des Magen-Darm-Traktes. Solche Zahnungsbeschwerden verdienen diesen Namen nur, weil sie zeitgleich mit dem Zahnen auftreten, haben aber mit dem Zahnen nichts zu tun. Selbst die medizinische Fachwelt hat hier keine eindeutige Erklärung. Babys sind in der ersten Zahnungsphase besonders anfällig.

Mögliche Ursachen:

- Nachlassen des von Geburt an mitgegebenen natürlichen Schutzes (Nestschutz)
- noch kein ausgereiftes Immunsystem
- allmähliches Zuführen von Beikost und die damit verbundene Gewöhnung des Organismus

Infekte führen zu Fieber, welches Abwehrvorgänge des Körpers unterstützen kann; möglicherweise werden auch solche Stoffwechselfvorgänge angekurbelt, die das Zahnen fördern. Zur Abklärung sollte hier auf jeden Fall ein Kinderarzt aufgesucht werden, um sicherzugehen, dass keine ernsthafte Erkrankung dahintersteckt.

Richtige Pflege von Geburt an

Gesunde Milchzähne sind das A und O für ein gesund bleibendes Gebiss. Daher benötigen schon die Milchzähne ebenso viel Aufmerksamkeit und Pflege wie die bleibenden Zähne.

Wegbereiter für die bleibenden Zähne

Die Milchzähne dienen als Platzhalter. Sie sorgen dafür, dass sich der wachsende Kiefer gut entwickelt und die bleibenden Zähne später ihre richtige Position einnehmen können. Diese Vorgänge können gestört werden, wenn Milchzähne schon vorzeitig verloren gehen: meist durch Karies, seltener durch einen Un-

fall. Je weniger die Milchzähne von Karies (Zahnfäule) befallen sind, desto geringer ist das Kariesrisiko der bleibenden Zähne. Auch wenn Karies rückläufig ist, sind noch immer viel zu viele Kinder davon betroffen. Sie ist die häufigste Erkrankung im Kindesalter.

Saubere Zähne bleiben gesund

Karies hat kaum eine Chance, wenn die Zähne von den Eltern sorgfältig geputzt und von anhaftenden Speiseresten befreit werden.

Hauptverantwortlich für Karies sind Bakterien, die im Zahnbelag (Plaque) leben und sich von zuckerhaltigen Speise- und Getränke- resten ernähren. Schon wenige Minuten nach der Aufnahme von Kohlenhydraten (Zucker) produzieren die Kariesbakterien der Plaque Säure,

die den – ansonsten extrem robusten – Zahnschmelz regelrecht auflösen. Sie entziehen ihm Mineralstoffe, wodurch er an Härte und Widerstandsfähigkeit verliert. Entfernen die Eltern nach dem Abendessen die über den Tag entstandene Plaque von den Milchzähnen ihrer Kinder, findet keine Säureproduktion statt. Stattdessen kann der Speichel den sauberen Zahn in der Nacht reparieren und regenerieren.



Kieferkamm-Massage

Auch wenn noch keine Zähne da sind, kann das Baby schon an die tägliche Mundhygiene gewöhnt werden. Bei der Kieferkamm-Massage wird mit einem sauberen Zeigefinger vorsichtig der Kieferkamm, d. h. der obere Teil des noch zahnlosen Kiefers, der Länge nach gestreichelt. Keine Angst, wenn das Kind möglicherweise auf den Finger beißt. Es unterstützt damit die Massage. Als Hilfsmittel kann auch ein sauberes Stofftuch verwendet werden. Die Kieferkamm-Massage kann gut in die tägliche Säuglingspflege morgens und abends eingebaut werden und wird so schnell zum Ritual.



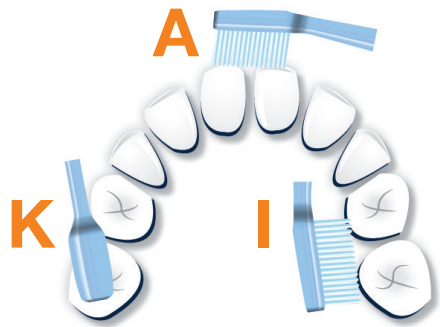
Das Einmaleins der Milchzahnpflege

Schon mit dem Durchbruch des ersten Milchzahnes sollten die Milchzähne zweimal täglich mit einer Kinderzahnpaste geputzt werden. Die Zahnpflege dauert anfangs nur wenige Sekunden. Jeder Zahn, der dazu kommt, verlängert die Zahnputzzeit, denn

alle Zähne sollen von allen Seiten sauber sein. Da Kinder unter drei Jahren auf der Zahnbürste normalerweise kauen, bekommt das Kind eine Bürste zum Kauen und die Eltern eine Zahnbürste zum Putzen.

KAI^{plus}-Zahnpflege

Eine gängige Putzmethode ist die KAI-Systematik: Zuerst werden die Kauflächen (K) mit Hin- und Herbewegungen, dann die Außenflächen (A) mit Kreisbewegungen und zuletzt die Innenflächen (I) mit Auswischbewegungen gereinigt. Kinder müssen diese Systematik erst erlernen. Bei der KAI^{plus}-Systematik bilden daher Eltern und Kind ein Zahnputzteam: Das Kind übt und die Eltern putzen die Kinderzähne sauber. Erst wenn das Kind die flüssige Schreibschrift beherrscht, ist es in der Lage eigenverantwortlich seine Zähne zu reinigen. Eine gründliche und systematische Zahnpflege erfordert zwei bis drei Minuten.



So macht das Zähneputzen Spaß!

Mit dem Zahnputz-Zauberlied. Das Lied vermittelt spielerisch die KAI^{plus}-Systematik und macht Kind und Eltern Spaß. Das Lied mit optischer Anleitung ist auf youtube unter „Zahnputzzauber“ eingestellt.





Der erste Besuch beim Zahnarzt

Spätestens mit dem ersten Zahn sollten Eltern ihr Kind beim Zahnarzt vorstellen. Je früher das Kind das Praxisteam, die Geräusche und die Abläufe erlebt, desto unbefangener nimmt es den Besuch beim Zahnarzt wahr. Eltern sollten daher die zahnärztlichen Untersuchungstermine (UZ 1 bis UZ 6) wahrnehmen. Wichtig ist allerdings

auch die Beratung der werdenden Mutter zu Beginn der Schwangerschaft. Daher sollte sie auch während der Schwangerschaft die Kontrolltermine beim Zahnarzt einhalten. Die beiden Vorsorgetermine heißen UZA und UZB und sind Bestandteile des zahnärztlichen Kinderuntersuchungsheftes.

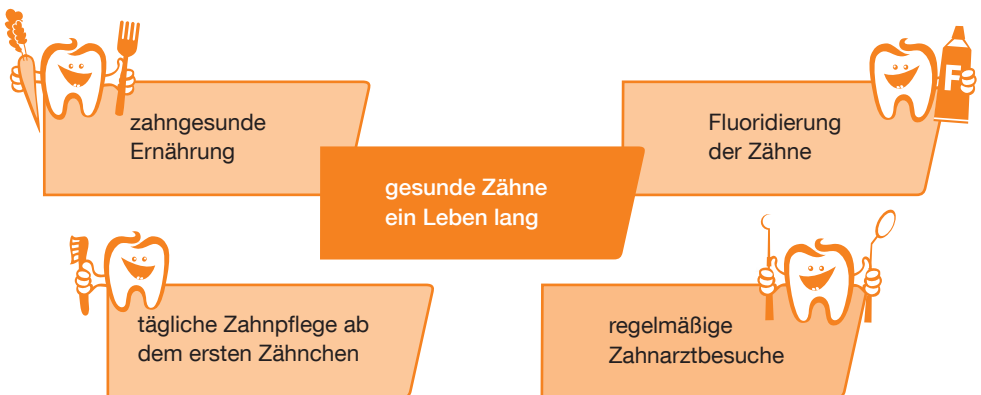
Zahngesund essen und trinken

Eine gesunde Ernährung von Kindesbeinen an kann zum Schutz vor Karies beitragen. Dabei geht es weniger um Verbote, sondern vielmehr um den richtigen Umgang mit Süßigkeiten und süßen Getränken. Häufige Zuckerimpulse sind für die Zähne besonders schädlich.

Zähne wollen kauen

In unserer Mundhöhle befindet sich eine Vielzahl von Mikroorganismen. Ist die Mundhöhle gesund, stehen diese im Gleichgewicht. Erst wenn das Gleichgewicht durch die Bildung von Zahnbelag (= Plaque) gestört wird, hat Karies eine Chance. Nicht das Ablecken von Schnuller oder Löffel führen zu einer Karies, sondern Plaque. Die in der Plaque enthaltenen Bakterien benötigen vor allem Zucker,

den sie zu Säuren abbauen, um den Zahnschmelz zu schädigen. Eine zahngesunde Ernährung besteht aus naturbelassenen Lebensmitteln wie Vollkornprodukten, Rohkost und Obst sowie eiweißreichen, aber fettarmen Lebensmitteln. Das kräftige Kauen von groben Nahrungsmitteln fördert den Speichelfluss und hilft dem Gebiss, sich selbst zu reinigen.



Eine gute Kariesprophylaxe besteht aus verschiedenen Maßnahmen.



Fluoride schützen vor Karies

Fluoride sind in der Kariesprophylaxe unverzichtbar. Sie härten den Zahnschmelz und hemmen die Vermehrung der Kariesbakterien. Fragen Sie Ihren Zahn- oder Kinderarzt nach den für Ihr Kind optimalen Fluoridierungsmaßnahmen. Weitere Informationen finden Sie auch bei den jeweiligen Fachgesellschaften. Die Links haben wir Ihnen auf S. 30 zusammengestellt.

Dauernuckeln fördert Karies

Das Trinkfläschchen sollte nicht den Schnuller ersetzen oder als Einschlafhilfe dienen. Die ständige Flüssigkeitszufuhr schadet den Zähnen, da die Funktion des Speichels herabgesetzt wird. Der Speichel gibt den Zähnen Mineralien zurück, die diese durch die Säureattacken verloren haben und repariert so die Zahnhartsubstanz. Dazu benötigt der Speichel den ungehinderten Zugang zum Zahn. Durch die ständige Flüssigkeitszufuhr wird der Speichel weggespült. Kommt dazu noch Zahnbelag auf den Kinderzähnen, wird der Schmelz schnell weich, eine Karies entsteht.

Damit das Kind zügig trinkt und sich gar nicht erst an das Nuckeln an der Flasche gewöhnt, sollten Eltern es so früh wie mög-

lich an das Trinken aus einem Becher gewöhnen. Bereits ab dem ersten Brei kann das Trinken aus dem Becher erlernt werden. Warum nicht einen leeren Becher dem Kind zum Spielen geben? So kann es die anderen Familienmitglieder nachahmen und dabei den Becher kennenlernen.

Als Durstlöscher eignet sich am besten Wasser. Je später Kinder gesüßte Getränke kennenlernen, desto höher ist die Akzeptanz von Wasser als Durstlöscher – auch über die Kindheit hinaus.

Empfehlung zur Trinkmenge

Durch die Muttermilch oder auch das Milchfläschchen ist der Tagesbedarf bei einem gesunden Säugling bereits abgedeckt. Mit der Umstellung auf feste Nahrung sollte zusätzlich Flüssigkeit zugeführt werden: Ab dem dritten Brei benötigt das Kind regelmäßig zusätzlich 200 ml Wasser am Tag, sitzt es am Familientisch etwa 400 ml, im Alter von zwei bis drei Jahren etwa 600–700 ml.

Tipp: Wenn der Urin hell ist, hat das Kind genug getrunken.



Lieber einmal richtig naschen

Kinder lieben das, was sie kennen. Geschmack wird anerzogen: Daher sollten Kinder zuerst den natürlichen süßen Geschmack von Obst und Gemüse, von Naturjoghurt und Milch kennenlernen, bevor sie Erfahrungen mit Süßigkeiten machen. Verbote sind kontraproduktiv, denn sie erzeugen ein großes Verlangen. Besser ist es, wenn Eltern ihr Kind von klein auf zu einem bewussten Umgang mit Süßigkeiten und zuckerhaltigen Speisen erziehen.

Wenn der Speichel die ganze Nacht die sauberen Kinderzähne regenerieren konnte und dazu am Vormittag – nach dem ersten süßen Frühstück und dem Zähneputzen –

Eltern ihrem Kind kauaktive, naturbelassene, nicht klebrige Lebensmittel ohne zugesetzten Zucker geben, dann darf der süße Nachmittag das Mittagessen krönen und am Nachmittag das genascht werden, was in eine Kinderhand (= Portionsgröße) hineinpasst.

Achten Sie auf zahnfreundliche Süßigkeiten und Getränke – erkennbar am „Weißen Zahnmannchen¹ auf rotem Grund“. Zahnfreundliche Erzeugnisse enthalten sogenannte Zuckeraustauschstoffe, die nicht schädlich für die Zähne sind. Darüber hinaus haben diese Naschereien weniger Kalorien!



¹ Das Zahnmannchen

Produkte mit dem Zahnmannchen wurden strengen wissenschaftlichen Tests unterzogen. Diese Erzeugnisse sind zuckerfrei und säurearm. Sie verursachen keine Karies und auch keine Säureschäden an den Zähnen (Erosionen). Weitere Informationen: Aktion zahnfreundlich e.V., Toothfriendly International (siehe auch S. 30).



5 Sterne für gesunde Zähne

Zähne putzen zu Hause
nach dem Frühstück

Zähne putzen nach dem
Abendessen und danach nur
noch Wasser trinken

zuckerfreier Vormittag

zuckerhaltige Lebensmittel/
Getränke bewusst genießen:
als süßen Nachtisch oder zum
Naschen am Nachmittag

Eltern putzen abends die
Kinderzähne sauber, bis
ihre Kinder flüssig die
Schreibschrift beherrschen

Schmerzhafte Erkrankungen im Mund

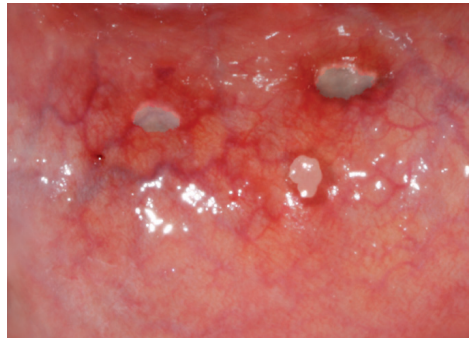
Neben dem Zahnungsschmerz gibt es eine Vielzahl von Erkrankungen in der Mundhöhle, die nicht nur Erwachsene plagen, sondern bereits im Säuglings- und Kindesalter auftreten können.

Aphthen

Aphthen sind deutlich begrenzte, hellgraue bis gelbliche Erhebungen mit einem rötlichen Saum. Obwohl sie meist nur linsengroß sind und überwiegend einzeln auftreten, können sie Schmerzen bereiten.

Aphthen kommen vor allem an den Innenflächen der Ober- und Unterlippen sowie der Wangen vor, ebenso am Gaumen und an der Zunge. In aller Regel heilen die Schleimhautveränderungen binnen ein bis zwei Wochen von alleine wieder ab.

Die Ursachen für das in allen Altersgruppen häufig auftretende Problem sind unklar. Die Betroffenen leiden unter den Schmerzen und haben häufig in regelmäßigen Abständen mit Aphthen zu kämpfen. Möglich sind Reaktionen auf Nahrungsmittel, wie z. B. bestimmte Obstsorten, Nüsse oder Tomaten. Ein weiterer Auslöser ist Stress. Durch das Führen eines Aphthen-Tagebuchs können Auslöser identifiziert werden.



Aphthen

Mundfäule

Die Mundfäule (Stomatitis aphthosa, Stomatitis herpetica oder auch Gingivostomatitis herpetica) ist eine ansteckende Krankheit, bei der zahlreiche Bläschen großflächig in der gesamten Mundhöhle auftreten können. Charakteristisch ist außerdem ein unangenehmer Mundgeruch. Begleitend sind hohes Fieber, geschwollene Lymphknoten und starker Speichelfluss möglich. Verantwortlich ist das Herpes-simplex-Virus vom Typ 1, das auch

der häufigste Verursacher des weitverbreiteten Lippenherpes ist. Bei einem Erstkontakt mit diesem Virus kann es (muss aber nicht) zur Mundfäule kommen. Die Erkrankung ist hochansteckend, bis die Bläschen abgeheilt sind. Nach rund einer Woche heilen diese in aller Regel von alleine ab und die Ansteckungsgefahr ist vorbei. Betroffen sind überwiegend Säuglinge und Kleinkinder.

Achtung Ansteckungsgefahr!

Eltern mit Herpes-simplex-Infektion (z. B. Lippenherpes) können das Virus auf ihre Kinder übertragen. Falls bei Ihrem Kind eine Mundfäule diagnostiziert wurde und es bereits eine Kinderkrippe oder eine andere Einrichtung besucht, informieren Sie bitte die Erzieherinnen und Erzieher. So können schnell geeignete Maßnahmen, wie z. B. die Desinfektion von Spielsachen ergriffen und die Ansteckung anderer Kinder verhindert werden. Das erkrankte Kind sollte auf jeden Fall zu Hause bleiben.



Lippenherpes

Mundsoor

Netz-, streifenförmige oder großflächige, weißliche Beläge im Mund und auf der Zunge sind ein Hinweis auf Mundsoor. Beim Versuch großflächige, dicke Beläge zu entfernen, kann die betreffende Stelle bluten. Auslöser sind Hefepilze, vor allem deren Hauptvertreter *Candida albicans*. Diese sind in der Mundhöhle vieler Menschen vorzufinden, ohne dort Beschwerden zu verursachen. Jedoch können sich die Hefepilze unter bestimmten Umständen übermäßig vermehren und dann einen Mundsoor auslösen, z. B. bei vorübergehend geschwächten Abwehrkräften im Kleinkindalter oder durch den Gebrauch bestimmter Antibiotika. Mundsoor heilt nicht von alleine ab. Er muss vom Arzt diagnostiziert und dann mit einem geeigneten Mittel gegen Pilze, einem sogenannten Antimykotikum, behandelt werden.



Mundsoor

Zahnfleisch- und Mundschleimhautentzündung

Typische Zeichen einer Zahnfleischentzündung (Gingivitis) sind ein gerötetes und geschwollenes Zahnfleisch sowie regelmäßiges Zahnfleischbluten nach mechanischer Belastung, etwa nach dem Zähneputzen oder dem Essen sehr fester Nahrung (z. B. eines Apfels oder einer Karotte). Wird die Ursache nicht behoben, so kann die Entzündung auf den Zahnhalteapparat übergehen (Parodontitis). Die Hauptursache für beide Erkrankungen

sind bakterielle Zahnbeläge (Plaque) als Folge einer unzureichenden Mundhygiene. Ebenso können reibende Ränder oder raue Oberflächen von Zahnspangen, Zahnfüllungen oder künstlichen Zahnkronen, aber auch Piercings, die Auslöser sein. Die Ursachen von Zahnfleisch- und Mundschleimhautentzündungen kann in aller Regel nur der Zahnarzt beseitigen.

Verletzungen/Verbrennungen

Kleine Missgeschicke im Alltag können schmerzhaftes Folgen im Mund auslösen, z. B. wenn ein heißes Getränk oder eine heiße Speise die Mundschleimhaut verbrennt oder ein falscher Biss auf die Wangeninnenfläche diese schädigt. Erfahrungsgemäß heilen solche Verletzungen sehr schnell ab, da sich die Mundschleimhaut besonders schnell regeneriert.



Verletzung

Wann zum Arzt?

Ein Säugling oder Kleinkind mit entzündlichen Erkrankungen des Zahnfleisches und der Mundschleimhaut sollte in jedem Fall einem Kinderarzt oder Zahnarzt vorgestellt werden. Die Empfehlung, einen Arzt aufzusuchen, gilt in vielen Fällen auch für größere Kinder

und Erwachsene. Teilweise sind Behandlungen und Medikamente erforderlich, die nur der Arzt durchführen oder verordnen kann. Begleitend oder als alleinige Behandlung können quälende Schmerzen auch mit einem lokal wirkenden Mundgel gelindert werden.

Pflegetipp

Bei entzündlichen, schmerzhaften Erkrankungen der Mundhöhle sollte die tägliche Mundhygiene nicht vernachlässigt werden. Gerade jetzt ist eine sorgfältige Mundhygiene besonders wichtig. Der Zahnarzt kann hier helfen und mit einer professionellen Zahnreinigung die Zähne sanft reinigen.

Rasche Hilfe bei Zahnungsschmerzen & Co.

Leidet ein Baby während des Zahnens unter Schmerzen, ist das für Eltern kein Grund zum Verzweifeln: Schmerzlindernde Mittel aus der Apotheke helfen. Darunter sind Präparate, die auch von den Aller kleinsten gut vertragen werden, wie z. B. DYNEXAN MUNDGEL®.

Mundgel aus der Apotheke

Das Zahnen ist keine Krankheit, sondern ein ganz natürlicher Vorgang. Schmerzmittel wie Zäpfchen oder Säfte zum Einnehmen sind bei Zahnungsschmerzen nur selten erforderlich. Sinnvoll sind sie allerdings, wenn ein Baby gleichzeitig unter hohem Fieber leidet, weil diese auch fiebersenkend wirken können. Meistens reichen jedoch schmerz- lindernde Präparate aus, die lokal auf das Zahnfleisch aufgetragen werden und ganz

gezielt an der schmerzenden Stelle wirken. Hierzu gehört DYNEXAN MUNDGEL®, das rezeptfrei in der Apotheke erhältlich ist. Die lokal betäubende Wirkung des Gels tritt in der Regel innerhalb von einer Minute ein. Dafür genügt schon eine erbsengroße Menge. Diese wird mit einem sauberen Finger vor- sichtig auf die betroffene Zahnfleischstelle gegeben und sanft einmassiert.



Unser Tipp

Damit DYNEXAN MUNDGEL® noch besser auf dem Zahnfleisch haftet, sollte die betroffene Stelle vor Gebrauch mit einem Wattestäbchen oder sauberen Tuch trocken getupft werden. Mithilfe eines Wattestäbchens können auch schwer zugängliche Stellen im Mund, z. B. unter der Zunge, behandelt werden.



Lidocain wirkt gezielt und zuverlässig, wo's wehtut!

DYNEXAN MUNDGEL® enthält den Wirkstoff Lidocain, der bereits 1944 entwickelt wurde. Seither, also schon seit rund 70 Jahren, ist dieser als rasch und anhaltend schmerzlindernd bekannt. Er wirkt als Lokalanästhetikum:

- Lokal bedeutet, dass die Wirkung in erster Linie am Auftragungsort eintritt, z. B. an der Zahnfleischstelle, an der das Zähnchen durchbricht.
- Anästhetikum bedeutet, dass es sich um ein Präparat handelt, welches eine Unempfindlichkeit gegenüber Schmerz-, Temperatur- und Berührungsreizen erzeugt.

Lidocain ist ein medizinisch sehr umfangreich untersuchter Wirkstoff. Dies gilt nicht nur für seine Wirkweise, sondern auch für seine Verträglichkeit. Denn gerade lokal angewendet, treten nur in sehr seltenen Fällen Nebenwirkungen, wie z. B. Rötungen und Schwellungen, auf. Die jahrzehntelange Erfahrung erlaubt eine Anwendung bei Säuglingen und Kleinkindern – und das sogar ohne ärztliches Rezept.

Tipp für die Hausapotheke

DYNEXAN MUNDGEL® hilft nicht nur bei Zahnungsschmerzen von Säuglingen, sondern auch bei anderen schmerzhaften Veränderungen von Mundschleimhaut, Zahnfleisch und Lippen. Solche Munderkrankungen sind zum Beispiel Aphthen, Zahnfleisch- oder Mundschleimhautentzündung, Soor, Mundfäule, der Durchbruch der bleibenden Zähne (einschließlich der Weisheitszähne), eine reibende Zahnsperre beim älteren Bruder oder der Schwester oder gar eine Prothese bei den Großeltern, eine verbrannte Zunge nach einem zu heißen Getränk und vieles mehr (s. Seiten 22–25).

DYNEXAN MUNDGEL® ist ein Produkt für die ganze Familie und kann in vielen schmerzhaften Situationen für schnelle Linderung sorgen. Es sollte daher in jeder gut sortierten Hausapotheke und auch auf Reisen nicht fehlen.



Achten Sie auf die Inhaltsstoffe

Ein Präparat zur gezielten Anwendung in der Mundhöhle sollte keine kritischen Hilfsstoffe enthalten und daher auch frei sein von Alkohol, Zucker, Laktose und Gluten. Viele Präparate enthalten versteckte Zucker, wie z. B. Fruktose, Glukose, Saccharose und Maltose. Diese Stoffe können Karies fördern. Vorsicht ist auch bei bestimmten pflanzlichen Bestandteilen geboten. Korbblütler, wie z. B. Kamille und Ringelblume, können Allergien hervorrufen.



Weiterführende Links für Eltern

Tipps bei Zahnungsschmerzen und umfassende Informationen rund um das Thema Zahngesundheit bei Säuglingen und Kindern finden Sie auf folgenden Websites:

Aktion zahnfreundlich e. V.	www.zahnmaennchen.de
Toothfriendly International	www.toothfriendly.ch
Bundesverband der Kinderzahnärzte	www.kinderzahnaerzte.de
Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e. V.	www.kinderaerzte-im-netz.de
Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugendzahnpflege e.V.	www.daj.de
Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde	www.dgkiz.de
Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie Charité – Universitätsmedizin Berlin	www.embryotox.de
Kassenzahnärztliche Bundesvereinigung (KZBV)	www.kzbv.de

Buchtipps für Groß und Klein

Bilderbücher und Bücher zum Thema Mund und Zähne sowie zur Vorbereitung des ersten Besuchs beim Zahnarzt – Tipps von Eltern für Eltern:



Grimm/Hebrock
Blitzblank sind alle meine Zähne

© Arena Verlag
ISBN 9783401091778
6,95 €



Banser/Friedl
Jakob und seine Zahnbürste

© Carlsen Verlag
ISBN 9783551162762
5,99 €



Dulleck
Zähneputzen ist kinderleicht!

© Coppentrath Verlag
ISBN 9783649610472
3,95 €



Grimm/Saleina
Lilli putzt Zähne

© arsEdition
ISBN 9783760764351
7,95 €



Zahnung?

DYNEXAN MUNDGEL® stoppt den Schmerz!

- schnelle und gezielte Wirkung
- alkohol- und zuckerfrei
- gluten- und laktosefrei
- rezeptfrei in Ihrer Apotheke
- für Säuglinge, Kleinkinder und Kinder zugelassen



DYNEXAN MUNDGEL®. Wirkstoff: Lidocainhydrochlorid 1H₂O **Anwendungsgebiete:** zur zeitweiligen, symptomatischen Behandlung von Schmerzen an Mundschleimhaut, Zahnfleisch und Lippen. **Hinweis:** Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand Juli 2015. Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH, D - 65203 Wiesbaden



Impressum

Herausgeber und Copyright:
Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH
Rheingaustraße 87-93, 65203 Wiesbaden
Tel.: 0611 9271-0
Fax: 0611 9271-111
www.kreussler-pharma.de

Mit freundlicher Beratung von
Frau Dr. Ute Koch, Apothekerin
Frau Dr. Andrea Thumeyer, Zahnärztin
Tätigkeitsschwerpunkt
Kinder- und Jugendzahnheilkunde

Überreicht von: