Karies bei Kleinkindern

Für Patienten

BLZK

Bayerische LandesZahnärzte Kammer

Was ist frühkindliche Karies?

Als frühkindliche Karies wird Karies bei Kindern unter drei Jahren bezeichnet. In den ersten Lebensjahren ist der Zahnschmelz noch nicht widerstandsfähig genug, um die Milchzähne ausreichend vor den kariesverursachenden Bakterien im Mund zu schützen. Bei Kleinkindern kann sich deshalb besonders leicht Karies entwickeln.

Gut zu wissen: Um frühkindlicher Karies vorzubeugen, übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten für drei zahnärztliche Früherkennungsuntersuchungen bis zum vollendeten 33. Lebensmonat.

Mehr Infos zur frühkindlichen Karies auf der Patientenseite der BLZK:

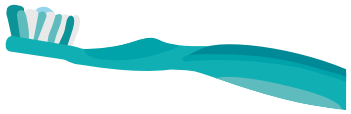
zahn.de/karies-kleinkind

Was erhöht das Kariesrisiko bei Kleinkindern?

- Zucker- und säurehaltige Getränke wie Saftschorlen oder Limonaden
- Ständiges Trinken gesüßter Getränke aus Trink-, Strohhalm- oder Saugerflaschen
- Süße Mahlzeiten zwischendurch
- Weiche, klebrige Kinderprodukte wie Fruchtriegel oder Fruchtpüree aus der Tüte („Quetschies“)
- Einschlafen mit Fläschchen, das zum Beispiel Milch oder gesüßten Tee enthält
- Nach dem ersten Lebensjahr: häufiges unregelmäßiges Stillen (vor allem nachts)
- Mangelnde Mundhygiene

Wie lässt sich Karies bei Kleinkindern vermeiden?

- Früherkennungsuntersuchungen wahrnehmen
- Kinderzähne ab dem ersten Zahn zweimal täglich putzen
- Kinder sobald wie möglich aus dem Becher statt aus der Flasche trinken lassen
- Möglichst frische und selbst zubereitete Produkte anbieten
- Kinderprodukte wie „Quetschies“ mit viel Zucker vermeiden – besser ist frisches Obst
- Alternative Einschlafrituale zum Fläschchen einführen
- Vorbild sein: Wer selbst auf gründliche Zahnpflege achtet, gibt das an seine Kinder weiter.



Wie putze ich meinem Kleinkind die Zähne?

Benutzen Sie zum Zähneputzen eine altersgerechte Kinderzahnbürste und Kinderzahnpasta mit 1.000 ppm (Milligramm pro Kilo) Fluorid – ab dem ersten Zahn eine reiskorngroße Menge, ab zwei Jahren eine erbsengroße Menge.

Für die Reinigung der Milchzähne eignet sich die **KAI-Technik:** Zuerst auf den **K**auflächen hin und her bürsten. Dann die **A**ußenflächen mit kreisenden Bewegungen putzen. Zum Schluss die **I**nnenflächen vom Zahnfleisch zum Zahn auswischen. Die Reihenfolge ist bei jeder Zahnfläche gleich: erst oben reinigen, dann unten. Wichtig: Auch wenn Ihr Kind selbst schon ein wenig bürsten kann – putzen Sie immer gründlich nach.

Mehr Infos zur KAI-Technik auf der Patientenseite der BLZK:

zahn.de/kai-technik

Mit freundlicher Empfehlung von

(Praxisstempel)

Herausgeber
Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK)
Flößergasse 1 • 81369 München • www.blzk.de • www.zahn.de

Redaktion
Referat Patienten und Versorgungsforschung der BLZK

Fachliche Beratung
Prof. Dr. Christoph Benz, München

Gestaltung und Illustrationen
www.pokorny-kreativ-welten.de

© Bayerische Landeszahnärztekammer 2022
Alle Rechte vorbehalten