



ARZT-KOLUMNE

Fluorose bei Kindern – was tun?

„Verliert mein Sohn jetzt eventuell einige Zähne?“ Das fragte mich kürzlich eine besorgte Mutter in meiner Sprechstunde. Sie hatte im Gebiss ihres zweijährigen Kindes weiße Flecken entdeckt und vermutete nun, dass Karies die Ursache sein könnte. Ich konnte sie beruhigen: Wie bei vielen Kindern steckte auch bei ihrem Nachwuchs eine Fluorose hinter den kreidig-farbenen Stellen: „Eine unschöne, aber in der Regel harmlose Erscheinung“, erklärte ich ihr.

Experten vermuten, dass jedes vierte Kind davon betroffen ist. Was viele Eltern nicht wissen: Nicht nur zu wenig Fluorid schadet den Zähnen. Auch zu viel des Guten ist dental wenig bekömmlich. Meist ist es die Kombination fluoridhaltiger Zahncremes und zusätzlicher Fluoridtabletten und/oder -gels, die insbesondere bei Kindern zu einer Fluorose führen kann. Weiße Flecken auf den Eck- und Schneidezähnen zeugen von einer zu hohen Fluorid-Konzentration. Das höchste Risiko einer Fluorose besteht während der ersten beiden Lebensjahre. Bei Kindern ab sechs Jahren sind solche Auswirkungen nicht mehr zu befürchten.

Bei der Untersuchung des kleinen Patienten zeigte sich, dass keine Karies vorliegt. Ich empfahl der Mutter, zunächst die übermäßige Fluorid-Zugabe zu stoppen und auf geeignete Zahnpflegeprodukte und -mengen zu achten – also in erster Linie die richtige Zahnpasta für Milchzähne sowie erste bleibende Zähne. Wie bei den Zahncremes ist auch bei den Pasten für Kinder ein gewisser Anteil an Fluorid wesentlich für einen ausreichenden Kariesschutz. Aber beim Nachwuchs ist der

Bedarf weitaus geringer. Deshalb sollten Kinder unter sechs Jahren nicht die Zahnpasta der Eltern nehmen. Anderenfalls drohen schädliche Nebenwirkungen bis hin zu einer Fluoridvergiftung. Gefährlich wird es, wenn kleine Kinder unbeaufsichtigt größere Mengen schlucken.

Das Alter entscheidet über die Fluorid-Zufuhr: Bis zum zweiten Lebensjahr sollten die Kinderzähne von den Eltern zweimal täglich mit einer Kinderzahnbürste sowie fluoridhaltiger Kinder-Zahnpasta (1000 ppm Fluorid) geputzt werden (eine reiskorngroße Menge). Werden Fluoridtabletten gelutscht, so kann auf Fluoridzahnpasta und Fluoridsalze verzichtet werden. Vom zweiten bis vierten Lebensjahr sollten die Zähne zweimal täglich mit einer Kinderzahnbürste (gegebenenfalls Superbrush) sowie einer etwa erbsengroßen Menge fluoridhaltiger Kinder-Zahnpasta (1000 ppm Fluorid) geputzt werden. Vom vierten bis sechsten Lebensjahr weiterhin zweimal täglich die Zähne putzen (gegebenenfalls Superbrush oder elektrische Zahnbürste). Verwendet werden sollten nach wie vor fluoridhaltige Kinder-Zahnpasten (1000 ppm Fluorid). Ab dem sechsten Lebensjahr die Zähne zweimal täglich mit einer Kinderzahnbürste (gegebenenfalls Superbrush oder elektrische Zahnbürste) putzen. Geeignet sind Juniorzahnpasta oder Erwachsenzahnpasta (1000 bis 1500 ppm Fluorid). Die zu verwendende Menge: ein etwa 1 bis 1,5 cm langer Strang.

ÜBER DIE AUTORIN:

Mahla Farahi ist Zahnärztin für allgemeine und ästhetische Zahnheilkunde im Kölner Carree Dental. Ihr Tätigkeitsschwerpunkt ist die Kinderzahnheilkunde.



Foto: Carree Dental

Redaktionsschluss dieser Ausgabe: 28. September

WIDDER 21.3. – 20.4.

Eine offene Aussprache kann durchaus sehr befreiend sein. Vielleicht werden Sie auch feststellen, dass Ihre Ängste völlig unbegründet waren.

STIER 21.4. – 20.5.

Es wird nun die Möglichkeit geben, sich Gehör zu verschaffen. Gehen Sie sachlich und vorbereitet vor, damit man Sie auch wirklich wahrnimmt.

ZWILLINGE 21.5. – 21.6.

Erhoffen Sie sich von einem Gesprächsverlauf nicht zu viel. Es gibt immer mehrere Standpunkte, von denen aus man eine Sache beurteilen kann.

KREBS 22.6. – 22.7.

Unstimmigkeiten am Arbeitsplatz? Klären Sie die Sache am besten gleich, bevor sich ein Konflikt anstaut, an dem noch lange zu knabbern wäre.

LÖWE 23.7. – 23.8.

Auf halbem Wege umkehren? Das ist nichts für Sie. Sie verfügen über genügend Geschick, finanziellen Engpässen gekonnt aus dem Wege zu gehen.

JUNGFRAU 24.8. – 23.9.

Im Beruf gilt es, Versäumtes nachzuholen und sich einen Überblick zu verschaffen. Nur so können Sie die wohlverdienten Feierabende genießen.

WAAGE 24.9. – 23.10.

Der ganz große Durchbruch wird Ihnen noch immer nicht gelingen, doch auch die kleineren Erfolgserlebnisse dürfen ein Anlass zur Freude sein.

SKORPION 24.10. – 22.11.

Sie müssen sich nicht für jede Entscheidung rechtfertigen. Hören Sie auf Ihr Bauchgefühl und lassen Sie sich nicht von anderen beeinflussen.

SCHÜTZE 23.11. – 21.12.

Das könnte jetzt eine aufregende Zeit mit unerwarteten Wendungen werden. Nur keine Panik. Bewahren Sie sich bei allem unbedingt Ihren Humor.

STEINBOCK 22.12. – 20.1.

Sie wünschen sich, dem Alltagstrott zu entfliehen? Dann ist es an der Zeit, alte Denkmuster aufzubrechen, um dem Neuen eine Chance zu geben.

WASSERMANN 21.1. – 19.2.

Sorgen Sie für nötigen Ausgleich in Ihrer Freizeit. Ihr Körper braucht jetzt mehr Bewegung. Machen Sie Sport und gehen Sie Ihrem Hobby nach.

FISCHE 20.2. – 20.3.

Große Pläne müssen Sie ja nicht unbedingt schmieden, aber warum überraschen Sie Ihren Partner nicht einmal wieder mit etwas ganz Besonderem?



Natürlich gegen Säurebedingte Magenbeschwerden

- ✓ wirkt schnell & effektiv
- ✓ lindert Völlegefühl, Übelkeit und Schmerzen
- ✓ befreit von Magendruck und saurem Aufstoßen
- ✓ reines Naturprodukt, ohne Nebenwirkungen



Adolf Justs Luvos® Heilerde extrafein akut Säurebedingte Magenbeschwerden. Pulver und Hartkapseln zum Einnehmen. Wirkstoff: Heilerde. Angewendet als mild wirkendes Arzneimittel bei säurebedingten Magenbeschwerden. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Heilerde-Gesellschaft Luvos Just GmbH & Co. KG, Otto-Hahn-Str. 23, 61381 Friedrichsdorf.

www.luvos.de