

# Zahnärztliche Prophylaxe in Schwangerschaft und Stillzeit



Dr. med. Silvia Träupmann, Kinderzahnärztin  
Fachzahnärztin für Kinderstomatologie  
Interdisziplinäres Seminar Stillforum Leipzig e. V.  
Leipzig, am 6. April 2011

- Zahnvorsorge und -pflege in der Schwangerschaft
- Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit
  - Stillen aus zahnärztlicher Sicht
  - Bedeutung der Milchzähne
  - Stillen und Karies
  - Zahnpflege - wie und womit
  - Was ist noch wichtig?



# Schwangerschaft und Zähne

## physiologisch:

- 30-100 % leiden an Zahnfleischentzündungen
- sog. Schwangerschaftsgingivitis (Ratka-Krüger 2006)
- veränderter Hormonspiegel
- ↑ Progesteronspiegel
  - Erweiterung der Gefäße von Zahnfleisch und Mundschleimhaut
  - ↑ Durchlässigkeit für die von Plaquebakterien produzierten Toxine

## Problem:

- ohne geeignete Mundhygienemaßnahmen kann Parodontitis entstehen
- möglicherweise Ursache für niedriges Geburtsgewicht und Frühgeburten

(Michalowicz et al. 2006, Jeffcoat et al. 2010)



©: de Cassan-Ziis

# Schwangerschaft und Zähne

## psychologisch:

- „ mit jedem Kind geht ein Zahn verloren“
- „Probleme mit Zähnen gehen nach Schwangerschaft vorbei“
- schlechte Zahnschmelz „geerbt“ (schicksalhaft)

## mikrobiologisch:

- Karies ist eine Infektionskrankheit!
- viel Karies bei der Mutter bedeutet viel Karies beim Kind  
(Li u. Caufield 1995, Caufield 1997)
- schnellerer und früherer Befall als bei zahngesunden Müttern
- Übertragung von Karieskeimen (Sauger, Schnuller, Löffel)



**Zahnvorsorge und -pflege  
in der Schwangerschaft ist extrem wichtig**

# Zahnvorsorge und -pflege in der Schwangerschaft

## Ziele:

- Erhalt/Verbesserung der Mundgesundheit der werdenden Mutter trotz erschwerter Bedingungen
- Schaffung bestmöglicher Voraussetzungen für dauerhafte Mundgesundheit des Kindes

## Vorsorge:

- zahnärztliche Untersuchungen im 1. (12.-16. SSW) und 3. Trimenon (28.-32. SSW)
- Sanierung des Gebisses
- professionelle Zahnreinigung
- Aufklärung über Ernährung von Mutter und Kind



# Zahnvorsorge und -pflege in der Schwangerschaft

## Zahn- und Mundpflegemaßnahmen

- regelmäßiges Zähneputzen ( 2x täglich)
- weiche Zahnbürste (Zahnfleisch schonend)
- entzündungshemmende Zahnpasta ( z.B. Meridol®)
- alkoholfreie Mundspüllösungen (Elmex oder Meridol® 1x tgl.)
- bei Zahnfleischproblemen - vorübergehende Anwendung von Chlorhexidin als Spülung (0,2%, alkoholfrei, 2x tägl.)
- Zahnseide

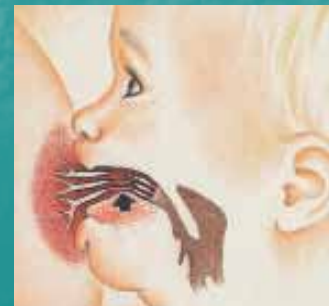


# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit



## Stillen aus zahnärztlicher Sicht:

- Stillen ist kieferorthopädische Prophylaxe !
- fördert u. a. die Entwicklung der Nasenatmung sowie die Kiefer- und Sprachbildung
- Training für die Kau- und Gesichtsmuskeln sowie für richtiges Schlucken („Schluckmuster“)
- Training für den richtigen Lippenschluss
  - kann späteren Kieferfehlbildungen (u. a. offener Biss, Engstand) vorbeugen
  - logopädische Therapie weniger notwendig
  - vermindert HNO- Probleme (z. B. Polypen, ↓Infekte)



# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit



## Bedeutung der Milchzähne

- Platzhalter für die bleibenden Zähne → Seitenzähne
- wichtig für's Kauen → Seitenzähne
- wichtig zum Sprechen lernen → Frontzähne
- wichtig für's Aussehen → Frontzähne





# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit

## Entstehung der Karies



**Kohlenhydrate**  
Zucker

**Zahnbelag**  
Plaque



**Frequenz**

**Bakterien**  
Streptococcus mutans

# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit



## Stillen und Karies

- ausschließliches Stillen ist nicht Karies fördernd
- Laktose können Kariesbakterien schlechter verwerten
- korrektes Saugen („Ernährungsstillen“) verhindert Karies, da Muttermilch direkt in den Rachen gelangt (Hintermilch)
- beim „Nuckeln“ („Troststillen“) umspült Muttermilch die Zähne (Vordermilch)
- erhöhtes Kariesrisiko u. a. möglich, wenn:
  - Kinder sehr oft gestillt werden (öfter als alle 2 h)
  - Kinder älter als ein Jahr sind
  - keine oder eine nicht adäquate Zahnpflege erfolgt
  - zuckerreiche Ernährung dazu kommt
- häufige Fläschchengabe (v. a. nachts und zur Beruhigung!) bedingt wesentlich größeres Kariesrisiko



# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit

grundsätzlich gilt:



## **ZAHNPFLEGE AB DEM 1. ZAHN**

- gehört zu den Hygiene- Kulturtechniken
- muss zur Gewohnheit werden:  
„Was Hänschen nicht lernt, .....“
- es geht nicht ohne die Eltern → Aufklärung
- Eltern dürfen nicht zu spät erreicht werden
- Zahngesundheit muss „Familienthema“ sein



Warum wird oft nicht geputzt ?

- Unkenntnis (Zeitpunkt, Zeit, Technik)
- Hemmungen (Angst, „dem Baby weh zu tun“)



**Kinderärzte und Hebammen sind  
die wichtigsten „Vermittler“ im 1. LJ**

# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit



## Was sollten die Eltern tun ?

- schon vor Zahndurchbruch - Massieren des Kieferkamms
- bei Zahnungsbeschwerden - Beißringe mit oder ohne Kühlgel
- ab 4. Monat - Kind mit Beißring oder Zahnbürste spielen lassen
- beim elterlichen Zähneputzen zuschauen lassen



# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit



Wenn der 1. Zahn da ist:

- Zahnputzzeit ist Spielzeit !
- Ausbildung eines Rituals !
- morgens und abends von allen Seiten putzen
- Ablenkung mit Singen, Spielzeug oder Mobile



Womit soll geputzt werden ?

- weiche Kinderzahnbürste
- (Fingerhut- Zahnbürste)
- (Mundpflege-Fingerling)
- zwei Zahnbürsten:
  - eine für das Kind zum Spielen und Kauen
  - eine für die Eltern zum Zähneputzen



# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit



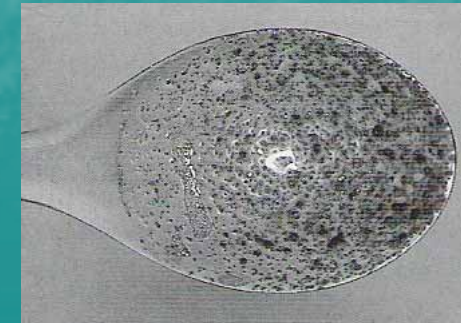
## Wie soll geputzt werden?

- spezielle Putztechnik im Oberkiefer (Oberlippe hochziehen!)
- Vorsicht am Lippenbändchen
- kann Ursache für „Putzverweigerung“ des Kindes sein  
→ Zähne „längs“ putzen
- Eltern müssen Zähneputzen beim Kind zeigen !



## Was ist noch wichtig?

- Übertragung von Karieskeimen möglichst vermeiden (Schnuller oder Löffel nicht ablecken!)



# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit



## Was ist noch wichtig?

- spätestens mit einem Jahr soll das Kind aus der Tasse trinken
- Aufklärung der Eltern über zahngesunde Ernährung (ungesüßte Getränke, zuckerarme Nahrung, Obst, Gemüse)
- Aufklärung der Eltern über extreme Zahnschädlichkeit der nächtlichen Fläschchengabe
- besonders in Kombination mit fehlender oder mangelhafter Zahnpflege



# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit



## Was ist noch wichtig?

- erster Zahnarztbesuch spätestens um den 1. Geburtstag
- bzw. wenn im Ober- und Unterkiefer je 4 Zähne da sind
- Hinweis bei U6 durch Kinderarzt
- v. a. auf „zahnarzscheue“ Eltern einwirken
- danach regelmäßige halbjährliche Kontrolle
- speziell ausgebildeter Kinderzahnarzt oder Familienzahnarzt mit ausreichend Erfahrung in Kinderbehandlung





# Zahnpflege beim Kind in der Stillzeit

## Fluoridprophylaxe:

- Fluoride sind für Gesunderhaltung der Zähne wichtig
- Aufnahme über systemische Gabe (Fluoretten) oder lokal (Zahnpasta)
- wenn keine Fluorettengabe erfolgt:
  - fluoridhaltige Zahnpasta ab dem 1. Zahn (500 ppm, 0,05%)
  - ganz geringe Menge (Fingernagelgröße vom kleinen Finger des Kindes)
  - bis 1. Geburtstag 1x tgl. mit, 1x ohne Zahnpasta
  - ab 2. Geburtstag 2x tgl. mit F-Zahnpasta
- wenn Gabe von Fluoretten erfolgt (bis 2. Geburtstag):
  - fluoridfreie Zahnpasta (z.B. Nenedent), bzw. ohne ZP(??)
  - genaue Fluoridanamnese (Trinkwasser, andere Quellen)
  - Problem: Compliance
- momentan keine einheitliche Empfehlung
- wichtig: genaue Aufklärung der Eltern