

Zahnarztpraxis Dr. Jochen & Dr. Nicole Hillgärtner und Dr. Catrin Kramer

Merkblatt für Eltern zur Kariesprophylaxe bei Säuglingen und Kleinkindern

Zur Kariesprophylaxe beim Kleinkind empfehlen Kinderärzte und Zahnärzte die Anwendung von Fluoriden ab dem Säuglingsalter

Es gibt zwei Möglichkeiten, Fluoride anzuwenden: als **fluoridierte Zahncreme** **oder** **Fluorid in Tabletten- oder Tropfenform.**

Da Säuglinge und Kleinkinder nicht zu viel Fluorid aufnehmen dürfen, haben Kinderärzte und Zahnärzte gemeinsam zwei gleichwertige Möglichkeiten der Kombinierte Rachitis- und Kariesprophylaxe ausgearbeitet (siehe Tabelle unten). Sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt und/oder Zahnarzt darüber!

Bis zur Vollendung des 2. Lebensjahres	Variante A	Variante B
	<ul style="list-style-type: none"> • Einnahme eines Vitamin-D-Präparates (500 I.E. Vit.D) ohne Fluoridzusatz • Ab Durchbruch des ersten Zahnes einmal täglich Zähneputzen mit einer „reiskorngroßen“ Portion fluoridierter Kinderzahncreme (500 ppm Fluorid) • Verwendung von fluoridiertem Speisesalz mit Beginn der festen Kost* 	<ul style="list-style-type: none"> • Einnahme eines Kombinationspräparates Vit-D mit Fluorid (500 I.E. Vit. D) • Ab Durchbruch des ersten Zahnes einmal täglich Zähneputzen mit einer „reiskorngroßen“ Portion fluoridfreier Kinderzahncreme • Verwendung von fluoridiertem Speisesalz mit Beginn der festen Kost*
<p>Vom 2. Geburtstag bis zur Vollendung des 6 Lebensjahres</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zweimal täglich Zähneputzen mit einer „erbsengroßen“ Portion fluoridierter Kinderzahncreme (500 ppm Fluorid) • Verwendung von fluoridiertem Speisesalz* • Keine Einnahme von Fluorid-Tabletten 	

* Speisesalz ist bei Kindern, insbesondere bei Kleinkindern, aus ernährungsphysiologischer Sicht generell äußerst zurückhaltend anzuwenden.

Dosierungsempfehlungen für die Zahncremeanwendung bei Kindern: Die gefärbten Büschel des Bürstenkopfes geben eine Orientierung; links Dosierung bis zum zweiten Geburtstag, rechts Dosierung bis zum 6. Geburtstag.



Abb. A: Dünner Film an Kinderzahncreme



Abb. B: Erbsengroße Menge an Kinderzahncreme

(Foto: Hellwig E, Schiffner U, Schulte A, Koletzko, B, Bergmann K, Przyrembel H: S2K-Leitlinie Fluoridierungsmaßnahmen zur Kariesprophylaxe. AWMF Register Nr. 083-001; 2013)