

Liebe Vortragende,
 anbei erhalten Sie den Vortragstext, der in den einfachen Bereichen kurz und in den anderen Bereichen länger gefasst ist.
 Der Text ist für den Laien formuliert: die Fachinformationen sind verständlich verpackt. Deswegen lohnt es sich genau, die hier vorgeschlagenen Formulierungen in den Vortrag zu übernehmen.
 Die *kursiv und grün markierten Sätze* sind „Regieanweisungen“.
 Rot markiert sind Neuerungen oder Differenzierungen.
 Dem Konzept **5 Sterne für gesunde Zähne (siehe Infoblatt 052 und 040 LAGH)** haben wir zur Vorstellung Ihrer Person als Patenschaftszahnarzt-Team Folien aus der CD „Gruppenprophylaxe in Hessen“ vorangestellt.
 Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!
 Ihre
 Dr. Andrea Thumeyer und Laura Pfeiffer
 LAGH

Folie 1-8:

Startfolie und Vorstellung Gruppenprophylaxe
 Diese Folien kann man als Schleife vor dem Vortrag laufen lassen.

Folie 9-10:

Beginn Konzept 5 Sterne für gesunde Zähne
Frage der Folie „Wozu brauchen wir gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch?“ *an das Publikum stellen und Zuhörer antworten lassen.*

- „Essen, Sprechen, Lachen“ werden i.d.R. zuerst genannt. Bei „Lachen“ auch den sozialen Aspekt von gesunden Zähnen ansprechen: wie reagiert die Gesellschaft auf ein Gegenüber mit sichtbar gesunden Zähnen, wie bei sichtbar kariösen Zähnen? Ein gesundes Lächeln ist unsere erste Kontaktaufnahme mit anderen.
- Wohlbefinden
- Geringere Infektionsanfälligkeit → **Besonders wichtig ist es in Zeiten der Pandemie! Die Mundhöhle ist eine Eintrittspforte für Keime, aber auch unsere erste Verteidigung (orale Immunkompetenz).** Ist das Zahnfleisch entzündet, ist es durchlässiger für krankmachende Keime, und in Bakteriellen Zahnbelag vermehren und halten sich Bakterien, die u.A. Lungenentzündungen auslösen.
- Platzhalter → Milchzähne halten den Platz für die bleibenden Zähne. Gehen sie zu früh kaputt oder verloren, schwindet der Platz und eine Kieferorthopädische Behandlung wird notwendig oder komplizierter.
- Schutz vor Haltungsschäden → Der gesamte Körper hängt zusammen! Ein Fehlbiss im UK versucht die HWS auszugleichen, diese Schiefelage wieder die Schultern und dann die Hüften. So kann etwas, was im Mund nicht zusammenpasst, sich auf die gesamte

	<p>Körperhaltung auswirken. <i>Diesen Zusammenhang kann man gut pantomimisch darstellen!</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Schutz vor Schlaganfall und Herzinfarkt → Entzündungshormone aus dem Zahnfleisch gehen über das Blut in den ganzen Körper und wirken sich auch in den Blutgefäßen aus. In arteriosklerotischen Plaques sind parodontalpathogene Bakterien zu finden, die aus Zahnbelägen bei chronischen Zahnfleischartzündungen ins Blut gelangen. • Wechselwirkung Diabetes → Dieselben Entzündungsbotenstoffe aus dem Zahnfleisch verschlimmern auch einen evtl. vorhandenen Diabetes, und ein vorhandener Diabetes erhöht die Entzündungsbereitschaft des Zahnfleisches. Durch eine gute Mundhygiene wird dieser Teufelskreis verhindert. • Früh- und Fehlgeburten → Genauso verhält es sich mit den Entzündungsbotenstoffen und Schwangerschaftshormonen. Schwangerschaftshormone erhöhen die Entzündungsbereitschaft des Zahnfleisches, und die Entzündungsbotenstoffe können früher Wehen auslösen und verantwortlich für ein geringes Geburtsgewicht sein. • Finanzieller Vorteil – Lieber regelmäßig kleine Beträge in die Vorsorge und die PZR investieren als später ein kleines Auto in den Mund investieren zu müssen. Zahn- und Zahnfleischerkrankungen sind vermeidbar! <p>Wichtigster Punkt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bei „gesunde Milchzähne“ auf Studie Dürr hinweisen, dass Kinder mit gesunden Milchzähnen zu 90% kariesfrei im bleibenden Gebiss ein Leben lang bleiben können.
Folie 11:	<p>„Was macht die Zähne und das Zahnfleisch krank?“ <i>Erst Frage stellen, Teilnehmer antworten lassen</i> Faktor Zeit und Erklärung des Fachbegriffes Demineralisation: Der bakterielle Zahnbelag benötigt 24-48h, bis er so aufgebaut und strukturiert ist, dass er Säure bildet, die dem Zahn Mineralien entzieht, d.h. die den Zahn demineralisiert. Das bedeutet: erst wenn bakterielle Zahnbeläge lange genug auf dem Zahn liegen, findet am Zahn eine Demineralisation statt. Dem Zahn werden Mineralien entzogen. Diese Demineralisation führt langfristig zu einer Karies am Zahn.</p>
Folie 12:	<p><i>Frage stellen, Teilnehmer antworten lassen bis „Umsetzung in den Alltag“</i></p>
Folie 13:	<p>Was nutzen die schönsten Regeln, wenn sie nicht umsetzbar sind? Diese Zahnärztin erzählt Kindern von den leckeren süßen Sachen, alle freuen sich, dann kommt die Regel „Das alles ist verboten!“ Theoretisch ergibt diese Regel viel Zahngesundheit. Da sie aber nicht alltagstauglich ist (=nicht befolgt wird), bleibt der Laie bei seinem alten Verhaltensmuster, d.h. es kommt kein Gewinn an Zahngesundheit heraus. So wenig wie diese Ernährungs-Pädagogik umsetzbar ist, so wenig sind auch die alten Regeln zum Zähneputzen (wie z.B. 3x täglich und immer nach Süßigkeiten) alltagstauglich.</p> <p>JETZT FROHE BOTSCHAFT: Solche Regeln sind nach dem heutigen Stand der Wissenschaft auch gar nicht nötig – denn wir haben alle etwas in unserem Mund, was wie eine natürliches Zaubwasser funktioniert: Sie wissen, von was ich spreche? Vom Speichel!</p>
Folie 14-15:	<p>Speichel ist mehr als Spucke.....Überschrift Folie 10 vorlesen Speichel ist unser wichtigstes körpereigenes Schutzsystem im Mund. Er spült und schützt die Zähne. Er kann die Zähne remineralisieren, da im Speichel die Mineralien in gelöster Form vorliegen. Der Speichel ist</p>

der flüssige Zahn, der Zahn der feste Speichel. Sind die Zähne frei von Zahnbelag, gibt der Speichel den Zähnen ständig Mineralien (=Remineralisation) zurück. Abhängig von Menge und Häufigkeit des Zuckerkonsums bildet sich im Laufe eines Tages reifer Zahnbelag (=Plaque), der nach einer Latenzzeit von etwa 24 Stunden den Zähnen Mineralien entzieht (=Demineralisation). Damit die Zähne gesund bleiben, muss hier ein Gleichgewicht zwischen De- zu Remineralisation herrschen.

Die aus dem Verhältnis von De- zu Remineralisation abgeleitete Gleichgewichtsformel für die Mundgesundheit lautet:

16 Stunden Remineralisation in zwei Blöcken können 8 Stunden Demineralisation ausgleichen. Um im Gleichgewicht zu bleiben, müssen wir in unserem Alltag also 16 Stunden Remineralisationszeit finden.

Welche Rolle spielen dabei die Fluoride? Die Fluoride sind der „Lastwagen“, der den Speichel unterstützt, die Mineralien in den Zahn hinein zu transportieren **Ohne zwei Fluoridimpulse am Tag beträgt das Gleichgewicht 22 Stunden: 2 Stunden!**

Unsere Fluoride bekommen wir aus der Zahnpasta.

Woher bekommen wir die 16 Stunden?

Folie 16:

Schauen wir uns dafür den Tagesablauf eines Kita-Kindes an. Wir beginnen mit unserer Modellrechnung am Abend zu Hause.

Jetzt die einzelnen Textfelder anklicken und kommentieren.

Weitere Informationen zu den einzelnen Textfeldern entnehmen Sie bitte dem Infoblatt 052 5 Sterne für gesunde Zähne, Hessisches Konzept der (Mund) Gesundheitsförderung für Kinder bis 6 Jahre und Infoblatt 040 Die Fluoridberatung in der GP (siehe Anlage).

Eltern putzen abends Kinderzähne sauber: Eltern putzen nach dem Abendessen alle Kinderzähne von allen Seiten sauber, bis ihre Kinder flüssig schreiben können. **Sauber heißt: Eltern beseitigen den bakteriellen Zahnbelag am Zahnfleischrand, in den Zahnzwischenräumen und aus den Fissuren.** Haben die Eltern die Kinderzähne rundherum sauber gesputzt, essen oder trinken die Kinder nichts mehr außer Wasser / Mineralwasser. So gewinnen wir eine **12-stündige Remineralisationszeit** für Zähne durch den Speichel von direkt nach dem Abendessen bis vor dem Frühstück am nächsten Tag.

Zähne putzen zuhause direkt nach dem ersten Frühstück: Unabhängig von den verzehrten Lebensmitteln werden die Zähne stets direkt nach dem Frühstück geputzt, eine Wartezeit ist nicht sinnvoll und wissenschaftlich nicht notwendig. Kinder unter 3 Jahren kauen in der Regel nur auf ihren Zahnbürsten, so dass Eltern das Zähneputzen nach dem ersten Frühstück übernehmen müssen. Sobald das Kind ab etwa 2 1/2 bis 3 Jahren durch hin- und herschrubben auf den Kauflächen die **Speisereste** von seinen Kauflächen oben und unten **vollständig** entfernen kann, darf es **das morgendliche** Entfernen der Speisereste selbstständig ausführen, **vorausgesetzt die Eltern haben direkt nach dem Abendessen am Tag vorher allen bakteriellen Zahnbelag beseitigt. Hinweis auf die digitalen Lernspiele zum Thema Plaque auf www.lagh.de.**

Zuckerfreier Vormittag: Das Zähneputzen direkt nach dem ersten, meist süßen, Frühstück zuhause schafft die Voraussetzung für die Remineralisation der Zähne durch den Speichel während des Zuckerfreien Vormittages. Der Zuckerfreie Vormittag beginnt nach dem ersten Frühstück zuhause und endet mit dem Mittagessen. In dieser Zeit werden

	<p>ausschließlich Lebensmittel gegessen, die kauaktiv, nicht klebrig und ohne freie Zucker sind. Unter freien Zuckern werden gemäß der Definition der WHO alle Zucker wie z.B. Fruchtzucker, Traubenzucker und Haushaltszucker verstanden, die Lebensmitteln zugesetzt werden. Dazu gehören auch die von Natur aus in Honig, Sirup, Trockenfrüchten, Fruchtsäften und Fruchtsaftkonzentraten vorkommenden Zucker.</p>
	<p>Der Zuckerfreie Vormittag liefert somit den zweiten Block von 4 Stunden Remineralisationszeit für die Zähne. Zusammen mit dem Zuckerfreien Vormittag haben wir also die 16 Stunden zusammen, d.h. wir dürfen Süßes am Nachmittag (genauer nach dem Mittagessen oder nachmittags oder zu Hause) bewusst und maßvoll genießen. Maßvoll bedeutet in der Häufigkeit und in der Menge maßvoll. In der Häufigkeit: lieber z.B. eine Portion Gummibärchen auf einmal genießen, als kleine Portionen über den ganzen Nachmittag verteilt naschen; und für die Menge gilt das Handmaß: Eine Portion für ein Kind entspricht der Menge, die in seine Kinderhand hineinpasst. Das vertragen die Kinderzähne und der Kinderkörper.</p> <p>!!! Was passiert, wenn Eltern abends ihren Job nicht machen? → Gleichgewicht erheblich gestört • hohes Kariesrisiko für das Kind!</p> <p>!!! Was passiert, wenn Erzieher bzw. Erzieher/innen den Zuckerfreien Vormittag für alle Kinder in der Kita nicht schaffen? → Es fehlen zwar weniger Stunden für die Remineralisation, dafür sind aber alle Kinder betroffen: die pädagogischen Fachkräfte erhöhen durch ihr (Fehl)Verhalten das Kariesrisiko für alle Kinder.</p>
	<p>Daher brauchen Kinder für ihre Zahngesundheit Eltern, die ihnen die Zähne weitgehend sauber (=plaquefrei) putzen und pädagogische Fachkräfte, die den Zuckerfreien Vormittag für alle Kinder in der Kita erreichen.</p>
	<p>Mit den ersten 4 Sternen bringen wir leicht gemeinsam die Zähne in ein zahngesundheitsförderliches Gleichgewicht.</p>
Folie 18:	<p>Sind die Zähne im Gleichgewicht, bleiben sie gesund. Hier zeige ich Ihnen nochmal, wie wir ein zahngesundheitsförderliches Gleichgewicht in der Mundhöhle erreichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Das abendliche Sauberputzen ergibt 12 Stunden Remineralisationszeit. - dazu kommt mit 4 Stunden Remineralisationszeit der Zuckerfreie Vormittag, dem das Zähne putzen zuhause nach dem ersten Frühstück vorausgeht. - das Frühstück zuhause schlägt mit 1 Stunde Demineralisationszeit zu Buche, die wir uns erlauben können. - Genauso können wir uns bewußt und maßvoll Süßes am Nachmittag erlauben, weil wir im Gleichgewicht sind: $12 + 4 = 16$ Stunden Remineralisation können $1 + 7 = 8$ Stunden Demineralisation ausgleichen. - Zähne putzen üben, KAI^{plus} Systematik (siehe Anlage) üben: <p>In der Kita findet das Üben der Mundpflege statt (= KAI^{plus})</p>

Systematik üben) und zwar für alle Kinder. Durch das tägliche Training wird die Zahnputzsystematik ritualisiert, wodurch alle Kinder unabhängig von ihrem Elternhaus diese soziale Norm erlernen dürfen.

- *Wiederholung aus pädagogischen Gründen!* Hier bekommen alle Kinder unabhängig von ihrem Elternhaus die Chance zum Üben dieser Kulturtechnik mit so vielen Vorteilen für das ganze Kind zu erlernen.
- Das Üben dient dem Erlernen einer Systematik, die ein Leben lang beibehalten wird. Zusammen mit dem Zahnputz-Zauberlied kommt es durch das Üben zur Automatisierung **der Systematik und abhängig vom Entwicklungsstandes des Kindes der Bewegungen. Das Erlernen der Systematik steht über dem Erlernen der Bewegungen, da diese abhängig vom Alter und der Art der Zahnbürste im Leben immer wieder variieren können.**

Automatisierte Handlungen werden (unbewusst) beibehalten und benötigen ein Minimum an Energie.

Wenn die Kita auf das Zahnpflege-Ritual verzichtet, dann bekommen **die** Kinder (Kinder mit besonders hohem Kariesrisiko), die es am nötigsten haben, im Leben gar keine Chance: nicht in der Familie (Eltern kümmern sich nicht), nicht beim Zahnarzt (denn dort tauchen diese Kinder erst gar nicht auf) und nicht in der Kita = **sie sind gleich 3mal „bestraft“!**

Umsetzungshilfen für das tägliche Üben der KAI^{plus} Systematik in der Kita finden Sie in der Broschüre „Meine Kindertagesstätte will Zähne putzen üben“, siehe Anlage.

Folie 19:

Dieses Konzept des Gleichgewichts teilt die Verantwortung für die Kinder zwischen den Erzieherinnen und den Eltern auf: Die Eltern tragen die Hauptverantwortung, in dem sie für die Sauberkeit der Milchzähne sorgen. **Die Erzieherinnen sind zuständig für den Zuckerfreien Vormittag für alle Kinder und das freudige Üben der KAI^{plus} Systematik in der Gruppe** (mit Hilfe des Zahnputz-Zauberliedes einschließlich 4. Strophe). **Für die sauberen = möglichst plaquefreien Milchzähne sind und bleiben Eltern verantwortlich!** Hier gibt es keine Verlagerung von Verantwortung auf die Erzieherinnen. Dass Eltern die Umsetzung des 4. Sternes gelingt, dafür bieten wir als Fachleute viele praxiserprobte Tipps an

(Faltblatt „Eltern putzen Kinderzähne sauber“ / „Elterntipps für die Mundpflege im ersten Lebensjahr“ zeigen und nach dem Vortrag austeilen) und persönliche Gespräche, damit wir gemeinsam das Ziel erreichen.

5. Stern: Zahnärztliche Vorsorge

Frage: Welche Hilfe bekommen die Eltern noch, damit die Kinderzähne gesund bleiben?

Antwort: zweimal jährlich gehen sie mit ihren Kindern zur zahnärztlichen Vorsorge, und das fürs Baby bereits ab der Schwangerschaft. Der Hauszahnarzt kann jede Familie individuell auf Ihre Bedürfnisse

	<p>abgestimmt beraten und für jedes Kind die Eltern in der Mundpflege bei ihrem Kind unterweisen. <i>Bitte das Zahnärztliche Kinderuntersuchungsheft allen Eltern überreichen.</i></p> <p>Das Konzept 5 Sterne für gesunde Zähne ist die Basis der hessischen Gruppenprophylaxe und die individuelle Vorsorge in der Zahnarztpraxis. Damit können wir unser Ziel leicht zusammen erreichen.</p>
Folie 20:	<p>Ziel sind immer mehr Kinder mit gesunden Milchzähne! <i>Abschlussfolie, stehen lassen und Fragen beantworten.</i></p>