
Tag der Zahngesundheit: „Gesund beginnt im Mund – für alle!“

IKK Südwest gibt Eltern-Tipps zu „Karius und Baktus“

Jedes Jahr gehen rund ein Drittel der Menschen in der Region nicht zur Zahnvorsorge – obwohl sie Anspruch darauf hätten. Das ergibt eine Studie der IKK Südwest, die dafür die Vorsorgedaten Ihrer Versicherten in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland aus den vergangenen fünf Jahren unter die Lupe genommen hat. Gerade bei Kindern ist Karies immer noch weit verbreitet und kann im Rahmen der Zahnvorsorge oft rechtzeitig diagnostiziert und behandelt werden. Am Tag der Zahngesundheit (25. September) gibt die IKK Südwest wertvolle Tipps für den Umgang mit Zahngesundheit im Kindesalter.

Der diesjährige Tag der Zahngesundheit steht unter dem Motto: „Gesund beginnt im Mund – für alle!“. Wer bereits im Kindesalter präventiv auf seine Zahngesundheit achtet, kann Folgeschäden im Erwachsenenalter deutlich reduzieren. Dafür sind eine regelmäßige Vorsorgeuntersuchung sowie eine gesunde Mundhygiene bei Kindern wichtig. Denn die sogenannten Kariesbakterien bei ungeputzten Zähnen erzeugen Säuren, die den Zahnschmelz angreifen und Karies auslösen. Unbehandelt kann dies bis zum Verlust der erkrankten Zähne führen.

Karies kann ansteckend sein

Vielen ist nicht bewusst, dass Karies ansteckend sein kann, denn die Bakterien sitzen in kariösen Zähnen und können auch von den Eltern oder anderen Personen unbewusst auf das Kind übertragen werden. Das kann zum Beispiel schon dann passieren, wenn der Schnuller mit dem Mund befeuchtet wird oder die Eltern und das Kind einen gemeinsamen Löffel benutzen. Die Bakterien können durch den Speichel übertragen werden. Daher sollten Eltern besonders auf die eigene Zahngesundheit achten sowie regelmäßig zur Zahnvorsorge gehen.

Ansprechpartner: Mathias Gessner
Pressesprecher
Tel.: 06 81/ 3876 1163
Mobil: 0151/ 7043 0703
E-Mail: mathias.gessner@ikk-sw.de

„Feind Nummer 1“ der Zahngesundheit ist der Zucker

Damit sich Bakterien ausbreiten können, benötigen sie den Zahnbelag. Dieser entsteht häufig durch Zucker. Insbesondere zuckerhaltige Getränke und natürlich Süßigkeiten tragen deshalb zur Entstehung von Karies bei. Aber auch in Ketchup, Senf und Fertiggerichten steckt jede Menge Zucker, der die Krankheit fördern kann.

„Es gibt noch zu viele versteckte Zucker, wie zum Beispiel in Softdrinks, die beim Kauf oft nur auf den zweiten Blick ersichtlich werden und nachweislich gesundheitsschädlich sein können“, führt IKK Vorstand, Prof. Dr. Jörg Loth aus, der sich seit Jahren für eine klar verständliche Produktkennzeichnung zuckerhaltiger Softdrinks und Co ausspricht. „Es ist unsere Pflicht, Kinder vor einem zu hohen Zuckerkonsum und damit vor der Gefahr zahlreicher Zivilisationskrankheiten, zum Beispiel vor einem späteren Diabetes oder krankhaftem Übergewicht, zu schützen. Neben regelmäßigen Zahnarztbesuchen müssen wir auch über verbindliche Standards in der Kita- und Schulverpflegung nachdenken. Auch eine Eingrenzung irreführender Werbung bei Süßigkeiten muss im Sinne der Zahngesundheit unserer Kinder diskutiert werden.“

Vorsicht auch bei gesunden Lebensmitteln

Eine gewisse Vorsicht ist auch bei Obst und grundsätzlich gesunden Lebensmitteln, die süß schmecken, geboten: Viele der enthaltenen Säuren greifen den Zahnschmelz an und fördern ebenfalls die Entstehung von Bakterien. Die IKK Südwest empfiehlt Eltern deshalb kauaktive Nahrung, wie zum Beispiel kleingeschnittenes Gemüse, da das gründliche Kauen die Speichelbildung anregt. Gerade der Speichel schützt den empfindlichen Kinderzahnschmelz. Auch auf längere Pausen bei den Mahlzeiten sollte geachtet werden, damit der Speichel die angegriffenen Zahnoberflächen regenerieren kann.

Die IKK Südwest übernimmt die zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung bei Kindern zwei Mal im Jahr.

Die IKK Südwest

Aktuell betreut die IKK Südwest mehr als 635.000 Versicherte und über 90.000 Betriebe in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland. Versicherte und Interessenten können auf eine persönliche Betreuung in unseren 21 Kundencentern in der Region vertrauen. Darüber hinaus ist die IKK Südwest an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr über die IKK Service-Hotline 0681/ 3876 1000 oder www.ikk-suedwest.de zu erreichen.