

ALLES GUTE

MUTTERMILCH schützt Babys besser vor Durchfall und anderen Magen-Darm-Infektionen als Kuhmilch. Für die bessere Verträglichkeit sorgt nach Untersuchungen US-amerikanischer Wissenschaftler ein besonders gut wirksames Abfangsystem in der Muttermilch. Demnach bleiben krank machende Keime an der Oberfläche winziger Fetttropfen der Muttermilch hängen, sodass sie erst gar nicht in den Magen-Darm-Trakt des Kindes vordringen können. Da die Tröpfchenhülle der Kuhmilch anders zusammengesetzt sei, könne diese die Keime nicht unschädlich machen.

JUNIOR-ABC

Fachleute erklären in dem kleinen Junior-ABC kurz und auch für Kinder verständlich Fachbegriffe aus dem Gesundheitsbereich. Heute geht der Leiter des Gesundheitsamtes Westerstede, Dr. Elmar Vogelsang, auf den Begriff (H)epatitis ein.

Hepatitis ist eine Entzündung der Leber, die in verschiedenen Ausprägungen auftreten und lebensbedrohend sein kann. Die Hepatitis wird meistens durch bestimmte Viren ausgelöst, kann aber auch andere Ursachen haben. Kinder und Jugendliche sollten grundsätzlich gegen die auch in Deutschland verbreitete Virus-Hepatitis „B“ geimpft sein. Vor Fernreisen ist es empfehlenswert, zudem für einen Impfschutz gegen die Hepatitis „A“ zu sorgen.

SERVICE

DAS PALLIATIVZENTRUM Oldenburg bietet unter Telefon 04 41/23 67 67 eine 24-Stunden-Hotline für schwer kranke Menschen und deren Angehörige in Notsituationen an. Herzstück des Zentrums ist die Palliativstation, in der Patienten mit onkologischen, internistischen und neurologischen Erkrankungen von einem qualifizierten Team u.a. mit Ärzten, Pflegekräften, Psychologen und Seelsorgern auf ihrem letzten Lebensabschnitt begleitet werden.

© Mehr Infos unter www.palliativstation-ol.de

TERMINE

„WENN DER KOPF schmerzt“ ist das Thema eines Arztvortrags über Therapiemöglichkeiten bei Migräneattacken, der am 22. September im Klinikum Oldenburg stattfindet. Beginn ist um 20 Uhr im Gemeindehaus Jona und Jona Kapelle, Heimeck 23a, in Oldenburg.

DER NÄCHSTE INFO-Abend für werdende Eltern inklusive Kreißsaalführung der Ammerland-Klinik in Westerstede findet am 8. September statt. Treffpunkt ist um 20 Uhr am Infopunkt in der Eingangshalle. Interessenten sollten sich unter Telefon 0 44 88/50 32 30 im Sekretariat der Frauenklinik anmelden.

Verantwortlich:
Liane Ehlers
☎ 0441/9988-2065

Keine Angst vor dem Bohrer

KINDERZAHNHEILKUNDE Gleichgültigkeit oder Unwissenheit oft Ursache für Karies

Schon Kleinkinder haben Kariesprobleme. Ihre Milchzähne sind besonders anfällig gegen bakterielle Angreifer, weil sie nicht auf Dauer angelegt und schlechter geschützt sind.

VON KLAUS HILKMANN

OLDENBURG – Der am Ende oft sehr schmerzhaft Kariesdefekt wird durch Bakterien verursacht, die sich mit den Speiseüberresten auf dem Zahnschmelz festsetzen und von dort aus für Säureattacken auf die Zahnhartsubstanz sorgen. Nach dem Motto „steter Tropfen höhlt den Stein“ breitet sich dieser Initialkaries aus und zerstört die Zahnhartsubstanz, die wie eine Schutzhülle über der Nervenhöhle liegt.

Sind die Kariesbakterien erst einmal bis dorthin vorgegriffen, haben sie auch Zugriff auf die nunmehr freiliegenden Nerven, Arterien und Venen, die jeden einzelnen Zahn mit dem Nervensystem und dem Blutkreislauf verbinden. Die Reaktion des Körpers ist wie ein unüberhörbarer Notruf, betont der Oldenburger Zahnarzt Andreas H.

*Drei Minuten
am Morgen und
am Abend
reichen für die
Zahnpflege aus*

Raßloff: „Das ist dann der Zahnschmerz, der solange bleibt, bis der Schutz vor den Bakterienattacken von außen wieder funktioniert.“

Falsche Ernährung und mangelnde Zahnpflege sind die Hauptursache für das Entstehen von Karies. „Zucker und Säuren sind die besten Verbündeten von Karies und der Hauptfeind der Zähne.“ Zahnarzt Andreas H. Raßloff beobachtet in seiner Praxis, dass die Kariespatienten im Schnitt von Jahr zu Jahr jünger werden: „Wir hatten hier schon Zweijährige, deren erste Zähne zerstört waren.“

Als Gründe für heftigen Kariesbefall in einem solch frühen Alter nennt der Zahnarzt vor allem Gleichgültigkeit oder Unwissenheit der Eltern. So gehöre die mit gesüßten Fruchtsäften gefüllte Nuckelflasche zur Standardausrüstung vieler Kleinkinder. Dieser mit viel Zucker versetzte Saft wirkt sich besonders schädlich aus, wenn die Kinder über den ganzen Tag verteilt aus der Flasche trinken. Andreas H. Raßloff und



Keine Angst vor dem Bohrer: Eva und Thilo können spielerisch mit dem Thema Zahnarztbesuch umgehen.

BILD: HILKMANN

ZÄHNE SCHON VOR DEM FRÜHSTÜCK PUTZEN

Der von vielen Patienten gefürchtete Bohrer ist für die Kariesbehandlung nach wie vor unersetzlich. Laserbehandlungen eignen sich nach Einschätzung von Zahnarzt Andreas H. Raßloff bislang nur für kleinere Eingriffe. Der mit einem Diamantkopf versehene Bohrer ermöglicht es, den Kariesbefall schnell und punktgenau zu entfernen. Ein Laserverfahren würde deutlich länger dauern und biete noch keine ausreichende Sicherheit, dass der Kariesbefall nach der Behandlung auch komplett entfernt sei.

Der Zahn besteht aus der sichtbaren Krone und der im Zahnfleisch verborgenen Wurzel. Ganz außen

schützt der Schmelz den Zahn wie eine harte Kappe vor Beschädigungen. Darunter liegen das Zahnbein und der Nervenhohlraum. Gehalten wird das Ganze von der Wurzel, die fest im Kieferknochen verankert ist. Dort befindet sich auch der Zahnhalteapparat, der jede Bewegung so abfedert, dass die Kauwerkzeuge problemlos genutzt werden können.

Süßigkeiten sollte man allenfalls einmal am Tag zu sich nehmen. Wer anschließend für eine gute Zahnreinigung sorgt, ist vor Säureattacken und Kariesbefall geschützt. Weil die Mundhöhle und die Oberfläche der Zähne durch fehlenden Speichel-

fluss über Nacht austrocknen, sollte man den Tag mit der Zahnreinigung beginnen. Statt erst nach dem Frühstück, sollte man sich die Zähne schon davor putzen. Wer seinen Zähnen etwas Gutes tun möchte, sollte sie abends zusätzlich mit Zahnseide reinigen.

Die Milchzähne sind Platzhalter für die später nachwachsenden zweiten Zähne. Wenn die ersten Zähne von Karies befallen waren, hat das noch keine negativen Folgen. Da der Wechsel erst nach und nach stattfindet, übertragen kariöse Milchzähne die Infektion aber auf die benachbarten neuen Zähne, sodass auch dort ein Defekt entsteht.

sein Team sind – wie mehrere andere Zahnarztpraxen in Oldenburg und Umgebung – speziell in Kinderzahnheilkunde geschult. Was das bedeutet, wird schon bei einem ersten Blick in den Behandlungsraum deutlich. Kleine Modellautos, lustige Bilder an den Wänden und eine bunte Märchenlandschaft direkt über dem Behandlungsstuhl sollen den kleinen Patienten schon beim Eintreten die Angst vor dem Zahnarztbesuch nehmen. Damit die Zeit zwischen Betäubungsspritze und Bohren möglichst ent-

spannt verläuft, erzählt Raßloff den Kindern mitunter eine kleine Geschichte. „Damit werden die Gedanken in eine Fantasiewelt gelenkt, in der es für die Angst vorm Bohrer keinen Platz gibt.“

Bis zum Zahnwechsel, der vom fünften Lebensjahr bis zum Beginn der Pubertät dauern kann, ist der Zahnarzt in der Regel in Sachen „Karies“ gefragt. Mit den zweiten – dauerhaften – Zähnen kommt für die Kinder und Jugendlichen häufig ein weiteres Problem dazu: Eine Fehlstellung der Zähne, die eine Zahn-

klammer erforderlich macht. Für die Betroffenen bedeutet das zusätzlichen Aufwand bei der Mundhygiene, um Karies und Zahnfleischentzündungen zu vermeiden.

Mit der richtigen Technik reichen etwa drei Minuten für die Zahnpflege am Morgen und am Abend aus. „I-Männchen“ sollten neben ein paar Leckereien auch eine elektrische Zahnbürste in ihrer Schultüte finden. Die macht von selbst die richtigen Bewegungen und erleichtert den Kindern damit das Zähneputzen.

INTERVIEW

Knirschen durch falschen Biss

Günther Eggert (Bild) ist Zahnarzt mit eigener Praxis in Bremen.

VON KLAUS HILKMANN

FRAGE: Kann der Zahnarzt die richtige Adresse für Patienten mit Nackenschmerzen oder Migräne sein?

EGGERT: Ja. Häufig werden heute bei Keramikrestorationen im Seitenzahnbereich Materialien verwendet, die der Abrasion des Zahnschmelzes nicht entsprechen. Durch diese Nichtabnutzung kommt es häufig zu Ungleichheiten des Zusammenbisses. Folge ist, dass einzelne Zähne beim Zubiss einen Frühkontakt oder andere gar keinen Kontakt haben. Betroffene fangen an, mit den Zähnen zu pressen oder zu knirschen, um wieder einen Vielkontakt zu erzielen.

FRAGE: Ist der falsche Biss die Ursache für viele Beschwerden?

EGGERT: In der Tat ist oft eine falsche Zahnrestauration die Ursache. Anstatt dabei die Zähne in ihrer normalen physiologischen Stellung zu belassen, werden häufig ganze Kauflächen durch Kronen und Brücken ersetzt. Dieses Verfahren kann große Probleme mit sich bringen. Wenn der Patient etwa nach einer Brücken- oder Kroneneingliederung lange den Mund aufhalten hat, ist das Kiefergelenk nicht mehr in seiner eigentlichen Position.

FRAGE: Was kann der Zahnarzt tun, wenn die Probleme schon da sind?

EGGERT: Er kann in erster Linie die Ursachen beseitigen, indem er die Kauflächen einschleift und Knirschkontakte entfernt. **FRAGE:** Wie kann man feststellen, dass etwas mit dem Biss nicht stimmt?

EGGERT: Am einfachsten ist es, die Lippen locker zu schließen und dann die Zähne ganz langsam zusammenzubringen. Im Optimalfall berühren sich die Kauflächen gleichzeitig. Wenn der Bissstest zeigt, dass eine deutliche Differenz zwischen links und rechts besteht, wird der Patient mit großer Sicherheit Probleme mit der Nackenwirbelsäule haben. Mögliche Folgen sind Schwindelanfälle, Tinnitus und Migräne-artige Anfälle.



BILD: PRIVAT

Frühen Verlust der Milchzähne vermeiden

GRUNDREGELN Regelmäßige Untersuchungen ab dem sechsten Lebensjahr

OLDENBURG/HIL – „Wer sich an ein paar Grundregeln hält, kann sein Kind mit hoher Wahrscheinlichkeit vor Karies schützen.“ Die Karies-Prävention beginnt für den Zahnarzt Andreas H. Raßloff bereits, wenn die ersten Zähne da sind. Ab dem sechsten Lebensjahr sollten Kinder regelmäßig zur sogenannten Individualprophylaxe gehen. Die Krankenkassen würden Untersuchungen im Halbjahresrhythmus erstatten.

Am besten sei es, wenn die Kinder ihre Eltern in mög-

lichst frühem Alter zum Zahnarzt begleiten. Andreas H. Raßloff: „Dann ist für sie später auch der eigene Termin et-

*Bonbontüten
und gesüßte
Säfte gehören
nicht in
Kinderhand*

was ganz Normales.“ Bei der Einschulung sollten die Eltern einige wichtige Ernährungstipps beachten.

Statt zucker- und säurereicher Säfte sollte kohlenstoffarmes Mineralwasser in der Trinkflasche der Kinder sein. Hunger sollte mit viel leckerem Obst und Gemüse und keinesfalls mit Süßigkeiten gestillt werden. Doch Vorsicht: Auch Äpfel oder Zitronen sind sehr säurehaltig mit entsprechend schädlichen Folgen für die Zähne. Nicht zuletzt gehören Bonbontüten nicht in Kinderhand, weil der süße Drops im Mund für eine Dauerattacke auf den Zahnschmelz sorgt.

Den frühen „Karies-Verlust“ der Milchzähne sollte man nicht einfach hinnehmen. So habe eine dauerhafte Lücke nicht nur optische Nachteile. Auch für den Essvorgang und die Sprachbildung sei eine möglichst komplette Zahnreihe wichtig, betont Andreas H. Raßloff: „Kranke Milchzähne wirken sich negativ auf den Allgemeinzustand des Kindes aus. Zudem kann der frühe Verlust mehrerer Zähne zu schwerwiegenden Sprachstörungen führen.“

Gute Vorbilder sind wichtig

OLDENBURG/HIL – Damit die Zahnpflege auch zu Hause funktioniert, sollten die Eltern möglichst gute Vorbilder sein. Die erfolgreichste Kariesbehandlung ist diejenige, die ohne Bohrer auskommt. Die Eltern sollten sich daher möglichst gut über die richtige Zahnpflege informieren und im Gespräch mit den Kindern ungezwungen mit dem Thema „Karies“ umgehen. Und eines sollte man unbedingt vermeiden: Wenn die Mutter tagelang über ihre Angst vor dem Zahnarzt klagt, werden die Kinder diese später auch haben.