

## Jung & Alt in der Zahnarztpraxis

Patient:innengerechte Prophylaxe für Kinder und Senioren



©Bild: Shutterstock 665923045

***Den Wert einer Gesellschaft erkennt man daran, wie sie mit den schwächsten ihrer Glieder verfährt – Gustav Heinemann.*** Das Zitat beschreibt gut, worum es bei der (Mund-)Gesundheit von Kindern und häufig auch älteren Menschen geht: Sie sind auf unsere Unterstützung angewiesen. Nachfolgend erhalten Sie Ansatzpunkte für eine optimierte Prophylaxe bei Kindern und Senioren. Denn eines ist klar: Vorsorge ist besser als Nachsorge – bemessen an gesundheitlichen, finanziellen und gesamtgesellschaftlichen Kosten.

Die gute Nachricht: In den vergangenen Jahren ist die Kariesbelastung bei Kindern in Deutschland gesunken.<sup>1</sup> Jedoch gibt es bei der Vorbeugung frühkindlicher Karies noch Verbesserungspotenzial. Im Alter wird die Mundgesundheit auch bei guter Vorsorge durch Faktoren wie Abnutzung und mögliche Wechselwirkungen mit Allgemeinerkrankungen beansprucht.<sup>2</sup> Aufgrund der alternden deutschen Bevölkerung – 2021 betrug das



Durchschnittsalter **44,7 Jahre**<sup>3</sup> – steigt der zahnmedizinische Versorgungsbedarf.<sup>1</sup> Wir haben im Folgenden jeweils 5 Punkte für Jung und Alt zusammengestellt, von denen Ihre Patient:innen profitieren können.

## **Prophylaxe im Kindes- und Jugendalter – Grundpfeiler langfristiger Mundgesundheit**

Im deutschen Mittel weisen ganze **43 % der Kinder kariöse, nicht sanierte Milchzähne** auf.<sup>4</sup> Dies ergab eine repräsentative Studie der Arbeitsgemeinschaft für frühkindliche Jugendzahnpflege e.V. Demnach zeigen sich vor allem in der Altersgruppe der 6- bis 7-Jährigen die nur unzureichenden Prophylaxe-Bemühungen im Milchgebiss.

Statt zu lange zu warten, ist der **Durchbruch des ersten Zahns** ein guter Zeitpunkt für einen Kennenlernbesuch in der Zahnarztpraxis.<sup>5</sup> Im ersten Gespräch können Mundhygieneinstruktionen erläutert und Fragen geklärt sowie ein vertrauensvolles Verhältnis hergestellt werden.

### **5 Aspekte, auf die es zum Erhalt der Mundgesundheit von Kindern ankommt:**

#### **1. Wahrnehmung regelmäßiger Vorsorgeuntersuchungen<sup>6</sup>:**

Früh sollte das Bewusstsein bei Eltern und Kindern geschaffen werden: Der Zahnarztbesuch ist kein „Reparaturservice“, sondern dient der Vorbeugung.<sup>6</sup> Kinder bis zum Alter von 6 Jahren haben Anspruch auf insgesamt **6 Vorsorgeuntersuchungen** zur Früherkennung.<sup>7</sup>

#### **2. Frühe Gewöhnung an eine effektive, regelmäßige Zahn- und Mundraumreinigung:**

Dies gelingt besonders gut durch das spielerische Heranführen. Eltern sind die wichtigste Bezugsperson und damit Vorbild, was eine konsequente Mundhygieneroutine der Kinder angeht.<sup>6</sup>

#### **3. Unterstützende Zahnreinigung durch die Eltern mindestens bis zum 6. Lebensjahr<sup>8</sup>**

Kleinkinder müssen die richtige Technik erst erlernen und benötigen Hilfestellungen. Eine gute Merkformel ist **K-A-I**: Erst Kauflächen, dann Außenflächen, zuletzt die Innenflächen reinigen.

#### **4. Altersgerechte Unterstützung der Mundhygiene durch geeignete Hilfsmittel:**



- a. Spezielle (Lern-)Zahnbürsten für Kinder<sup>9</sup>
- b. Ab ca. 4 Jahren kann bei eng stehenden Backenzähnen der zusätzliche Einsatz von Zahnseide sinnvoll sein.<sup>10</sup>
- c. Die Mundgesundheit von Schulkindern ab ca. 6 Jahren kann von **alkoholfreien Mundspüllösungen mit Fluorid** profitieren.<sup>11</sup> Die klinisch geprüfte Mundspülung Listerine® Clean & Fresh etwa:
  - mit mildem Geschmack
  - erreicht auch die Stellen, welche die Zahnbürste verpasst – auch zwischen der Zahnsperre
  - entfernt 99,9 % der nach dem Zähneputzen verbliebenen Bakterien.\*In aktuellen Studien konnte der Zusatznutzen von Mundspülungen mit antibakterieller Wirkung in Ergänzung zur mechanischen Reinigung gezeigt werden.<sup>12,13</sup>

#### 5. Gabe der richtigen Menge bzw. Anwendung von Fluorid und Vitamin D<sup>8</sup>

Dies trägt zu einer wesentlichen Verbesserung der gesunden Milchgebissentwicklung bei.

### **Prophylaxe im Alter – Besondere Bedingungen, bleibende Bedeutung**

Im selben Maße wie wir als Gesellschaft immer älter werden, kommt der Alterszahnmedizin eine zunehmende Bedeutung zu.<sup>1</sup> Zahnärztinnen und Zahnärzte sowie Dentalhygieniker:innen übernehmen für ältere Patient:innen eine **wichtige Kontroll- und Anleitungsfunktion** zur Aufrechterhaltung ihrer Mundgesundheit. Denn mit höherem Alter steigt die Wahrscheinlichkeit für **Vorerkrankungen**.<sup>14</sup> Diese können wiederum in Wechselwirkung mit der Mundgesundheit stehen.

So beschreiben z. B. Studien die schädlichen Auswirkungen von Diabetes mellitus auf die parodontale Gesundheit.<sup>15</sup> Weitere häufige Allgemeinerkrankungen im Alter sind:

- Herz- und Kreislauferkrankungen
- Erkrankungen des Bewegungsapparats
- Alzheimer, Demenz

---

\* Erhobene Daten von Nicht-Zahnspangenträgern



## 5 Aspekte, auf die es bei der zahnärztlichen Versorgung und Beratung älterer Patient:innen ankommt:

### 1. Barrierearme Praxisräume

Älteren Menschen helfen u.a. Schilder in großer Beschriftung, möglichst keine Schwellen und wenig Hindernisse sowie bequemes, ausreichend vorhandenes Sitzmobiliar.

### 2. Regelmäßige Kontrolluntersuchungen

Um eine ausreichende zahnärztliche Betreuung zu gewährleisten, sollte bei Patient:innen mit eingeschränkter Mobilität eine ambulante Versorgung Zuhause oder im Pflegeheim ermöglicht werden.<sup>16,17</sup>

### 3. Eine umfassende Anamnese:

Erfragen Sie die Einnahme bestimmter Medikamente, wie etwa blutdrucksenkende Mittel. Diese können potenziell zu Komplikationen bei zahnärztlich-chirurgischen Eingriffen führen.<sup>14</sup>

### 4. Sicherstellung der Mundraumreinigung

**Etwa 30 % der Menschen mit Pflegebedarf können nicht mehr selbstständig ihre Zähne oder Prothese reinigen.**<sup>1</sup> Angehörige und Pflegekräfte gilt es daher entsprechend anzuleiten.<sup>18</sup>

### 5. Speziell geschulte Mitarbeiter

Auf die Bedürfnisse pflegebedürftiger Menschen zugeschnittene Fort- und Weiterbildungen bietet unter anderem die Deutsche Gesellschaft für AlterszahnMedizin.

**Rund 60 % der Senioren können ihre notwendigen Zahnarztbesuche nicht mehr eigenständig organisieren und wahrnehmen**<sup>1</sup>. Für sie kommt es in besonderem Maße auf die gemeinsame Unterstützung durch Verwandte und/oder Angehörige, Zahnärzte und DHs sowie nicht zuletzt geschulte Pflegekräfte an.

**Für alle ab 6 Jahren: Optimierung der häuslichen Prophylaxe**



Für einen gesunden Mundraum in jedem Alter genügt es nicht auf eine regelmäßige Zahnreinigung zu achten und Kontrolluntersuchungen wahrzunehmen. Nicht immer gelingt ein zufriedenstellendes Reinigungsergebnis, gerade bei Kindern und älteren Menschen.

Zudem bestätigt auch die aktuelle Leitlinie *Häusliches chemisches Biofilmmangement in der Prävention und Therapie der Gingivitis*<sup>19</sup>, dass eine **3-fach-Prophylaxe aus Zähneputzen, Interdentalreinigung und Verwendung einer Mundspülung mit antibakterieller Wirkung** vorteilhaft sein kann. Mit höchster Evidenz zeigen laut dieser Leitlinie Chlorhexidin und **Mundspülungen mit einer speziellen Zusammensetzung ätherischer Öle** die größten Effekte auf die Zahnfleischgesundheit und Plaque.

- Mundspülungen mit antibakterieller Wirkung sind nicht zuletzt für viele ältere Menschen mit verringerter Feinmotorik eine einfach umsetzbare vorbeugende Maßnahme zusätzlich zur regelmäßigen mechanischen Zahnreinigung.
- Auch für Kinder ab 6 Jahren können sie eine gute Bereicherung des Zähneputzens sein. Die tägliche Mundhygiene kann gerade bei Kindern mit erhöhtem Kariesrisiko, bei Zahnfleischproblemen, wie sie häufig bei Zahnpangenträger:innen auftritt, verbessert werden.
- Die Mundspülungen enthalten Fluorid und antibakteriell wirkende Stoffe, die die Mundhygiene verbessern können<sup>11</sup>.

## Die Nr. 1 in der Empfehlung bei Zahnärzten: Listerine® Mundspülungen<sup>20</sup>

Die Listerine®-Formel mit der einzigartigen Kombination aus bis zu 4 ätherischen Ölen – Eukalyptol, Thymol, Menthol sowie Methylsalicylat – bekämpft **bis zu 99,9 % der nach dem Zähneputzen verbliebenen Bakterien**. Auch im **Langzeitgebrauch sind keine Verfärbungen der Zähne zu erwarten**.<sup>19</sup> Zwei aktuelle Studien aus 2022<sup>12,13</sup> belegen ihren Zusatznutzen zur mechanischen Reinigung:

**Studie 1:**  
**Klinische Wirksamkeit von Mundspülungen und Anwendung von Zahnseide auf Plaque**<sup>12</sup>

**Studie 2:**  
**Die Effekte von Mundspülungen mit ätherischen Ölen als Teil der Mundhygiene-Routine**<sup>13</sup>



**Ergebnis:** Das Spülen des Mundraumes mit Listerine® zusätzlich zum Zähneputzen bietet bei zweimal täglicher Anwendung eine **4,6 mal höhere interproximale Plaque-Prävention** als Zähneputzen und die tägliche Anwendung von Zahnseide durch Dentalhygieniker:innen\*\*. <sup>12</sup>

**Ergebnis:** Die Ergänzung von Listerine als dritten Schritt zur Kombination aus Zähneputzen und Zahnseide-Anwendung führt zu einer **Reduktion der interproximalen Plaque um 28,4 %** gegenüber dem zweimal täglichen Zähneputzen in Kombination mit einer täglichen Zahnseide-Anwendung\*\*\*. <sup>13</sup>

\*\* Anhaltende Plaque-Prävention über dem Zahnfleischrand bei Anwendung nach Anweisung über 12 Wochen nach professioneller Zahnreinigung. Die Anwendung der Zahnseide wurde von einem:er Dentalhygieniker:in durchgeführt.

\*\*\* Anhaltende Plaque-Reduzierung über dem Zahnfleischrand bei Anwendung nach Anweisung für 12 Wochen nach einer Zahnreinigung. Die Anwendung von Zahnseide wurde unter Aufsicht durchgeführt. Verwenden Sie Listerine immer in Ergänzung zur mechanischen Reinigung (3-fach-Prophylaxe).

## Quellen:

<sup>1</sup> Jordan, A. R., Micheelis, W. & Cholmakow-Bodechtel, C. Fünfte Deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS V). Berlin/Köln : Bundeszahnärztekammer – Arbeitsgemeinschaft der Deutschen Zahnärztekammer e.V. (BZÄK), 2016.

<sup>2</sup> Bundeszahnärztekammer. Wechselwirkungen zwischen Mundgesundheit und Allgemeingesundheit. Zugriff am 06.06.2023, <https://www.bzaek.de/service/positionen-statements/einzelansicht/wechselwirkungen-zwischen-mundgesundheit-und-allgemeingesundheit.html>

<sup>3</sup> Statistische Ämter des Bundes und der Länder. (9. Dezember, 2022). Durchschnittsalter der Bevölkerung in Deutschland von 2011 bis 2021 [Graph]. In Statista. Zugriff am 15.05.2023, von <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1084430/umfrage/durchschnittsalter-der-bevoelkerung-in-deutschland/>

<sup>4</sup> Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugendzahnpflege e.V. (DAJ). Epidemiologische Begleituntersuchungen zur Gruppenprophylaxe 2016. Bonn : s.n., 2017.

<sup>5</sup> Information Mundgesundheit. Tag des Babys am 2. Mai: Schon mit sechs Monaten zum Zahnarzt! Zugriff am 15.05.2023, <https://information-mundgesundheit.de/baby-zahnarzt/#respond>

<sup>6</sup> Information Mundgesundheit. Gesunde Kinderzähne: Wie kann ich ein gutes Vorbild für mein Kind sein? Zugriff am 15.05.2023, <https://information-mundgesundheit.de/gesunde-kinderzaehne-wie-kann-ich-ein-gutes-vorbild-fuer-mein-kind-sein/>

<sup>7</sup> Verbraucherzentrale. Welche Zahnvorsorge zahlt die Krankenkasse? Zugriff am 15.05.2023, <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/gesundheit-pflege/krankenversicherung/welche-zahnvorsorge-zahlt-die-krankenkasse-12913>

<sup>8</sup> Berg B, Cremer M, Flothkötter M, Koletzko B, Krämer N, Krawinkel M, Lawrenz B, Przyrembel H, Schiffner U, Splieth C, Vetter K, Weißenborn A. Kariesprävention im Säuglings- und frühen Kindesalter. Handlungsempfehlungen des bundesweiten Netzwerks Gesund ins Leben. Monatsschreiben Kinderheilkunde. 2021, 169.



- <sup>9</sup> Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V. Kinder- und Jugendärzte im Netz. Welche Zahnbürste ist optimal für mein Kind? [Online], Zugriff am 15.05.2023, <https://www.kinderaerzte-im-netz.de/altersgruppen/kleinkinder/gesundheitstipps/zahnpflege/welche-zahnbuerste-ist-optimal-fuer-mein-kind/>.
- <sup>10</sup> Bayerische Landes Zahnärztekammer. Gesunde Kinderzähne – Zahnärztlicher Kinderpass. zahn.de. [Online] 2017. [Zitat vom: 31. 05 2022.], Zugriff am 15.05.2023, [https://www.zahn.de/zahn/web.nsf/id/pa\\_kinderzaehne\\_faq.html](https://www.zahn.de/zahn/web.nsf/id/pa_kinderzaehne_faq.html).
- <sup>11</sup> Zimmer, Prof. Dr. Stefan. Fluoridierung bei Kindern: Was ist aktuell? s.l. : Plaque N Care. Für den Zahnarzt und sein Team., 2019.
- <sup>12</sup> Bosma ML et al; JDH June 2022, Vol. 96, No. 3, 8-20.
- <sup>13</sup> Milleman J et al.; JDH June 2022, Vol. 96, No. 3, 21-34.
- <sup>14</sup> ZMK, Ausgabe 10/2022: 530-535.
- <sup>15</sup> Negrato CA, Tarzia O, Jovanović L, Chinellato LE. Periodontal disease and diabetes mellitus. J Appl Oral Sci. 2013; 21 (1): 1-12.
- <sup>16</sup> zm online. "Wir sehen oft schlimme Verhältnisse im Mund!", Zugriff am 15.05.2023, <https://www.zm-online.de/news/detail/wir-sehen-oft-schlimme-verhaeltnisse-im-mund>
- <sup>17</sup> ZWP online. Alterszahnmedizin – Wir arbeiten an der Spitze eines Eisberges. Zugriff am 15.05.2023, <https://www.zwp-online.info/zwpnews/dental-news/branchenmeldungen/alterszahnmedizin-wir-arbeiten-an-der-spitze-eines-eisberges>
- <sup>18</sup> Information Mundgesundheits. Gesunde Zähne im Alter: 10 Tipps für Angehörige und Pflegepersonal. Zugriff am 15.05.2023, <https://information-mundgesundheits.de/seniorenzaehne-pflegetipps/>
- <sup>19</sup> DG PARO, DGZMK. S3-Leitlinie: AWMF-Register-Nr. 083-016.
- <sup>20</sup> J&J, Dentist Tracker Results 2022.

