

Zahnpflege? Kinderleicht!

Wer Kinder früh mit Zahnpflege vertraut macht, nimmt ihnen die Angst vor dem Zahnarzt – die SBK gibt Tipps, wie Eltern ihre Kinder zu wahren Zahnprofis machen

München, 08.10.2014. Ein mulmiges Gefühl vor einem Zahnarztbesuch hatte wahrscheinlich jeder schon einmal. Damit Kinder solche Ängste erst gar nicht entwickeln und von Anfang an gerne zum Zahnarzt gehen, sollten Eltern sie schon früh mit der regelmäßigen Zahnpflege vertraut machen. Wenn schon die Kleinsten fleißig putzen und ganz selbstverständlich zum Zahnarzt gehen, legen sie die Grundlage für lebenslange Zahngesundheit. Eltern sollten mit dem Thema spielerisch und ohne Vorbehalte umgehen, rät die Siemens-Betriebskrankenkasse SBK.

Den Grundstein für eine lebenslang anhaltende Zahngesundheit ihrer Kinder können Eltern bereits im Kleinkindalter legen. Bereits in frühester Kindheit sollten sie ihren Nachwuchs mit der täglichen Zahnhygiene vertraut machen. Auch der regelmäßige Besuch beim Zahnarzt sollte schon früh zur Selbstverständlichkeit werden – noch lange bevor schwerwiegende Schäden an den Zähnen überhaupt erst auftreten können. Effektive Zahnpflege beginnt schon im Kleinkindalter bei den Milchzähnen. Denn die Meinung, dass Milchzähne nicht gepflegt werden müssen, da sie später durch bleibende Zähne ersetzt werden, ist zwar weitverbreitet – aber dennoch falsch. Dr. Christian Reinelt, Zahnarzt in Nürnberg und SBK-Beratungszahnarzt, erklärt: „Gesunde Milchzähne sind die ideale Grundlage für ein gesundes bleibendes Gebiss, denn Milchzahnkaries und vorzeitiger Milchzahnverlust können zu Schäden an bleibenden Zähnen und einem falschen Durchbruch der nachrückenden Zähne führen.“ Umso wichtiger ist es, dass Eltern ihrem Nachwuchs frühzeitig die richtige Technik bei der Zahnreinigung beibringen – die Kleinen entwickeln so von Anfang an die richtigen Gewohnheiten bei der Zahnpflege. „Machen Sie dabei Ihre Kinder behutsam und spielerisch mit dem Zähneputzen vertraut. Lassen Sie sich beispielsweise selbst beim Zähneputzen zusehen oder von Ihrem Kind die Zähne putzen“, rät Dr. Reinelt.

Ohne Angst und Tränen zum Zahnarzt

Der erste Zahnarztbesuch des eigenen Kindes ist aufregend – sowohl für den Nachwuchs als auch für die Eltern. Sinn und Zweck des Termins sind dabei Vorsorge und Früherkennung, um krankhafte Veränderung frühzeitig festzustellen oder ihnen vorzubeugen. „Bei den ersten Zahnarztbesuchen geht es darum, das Kind mit dem Behandlungsraum vertraut zu machen und angstfreie Erfahrungen machen zu lassen“, erläutert der SBK-Beratungszahnarzt Dr. Reinelt. Dadurch kann das Kind eine vertrauensvolle Beziehung zu seinem Zahnarzt aufbauen. Die Eltern sollten zudem darauf achten, keine negativen Signale zu senden – was oft gar nicht so leicht ist, wird einem doch auch als Erwachsenen noch manchmal mulmig vor einem Zahnarztbesuch. Wer seinem Kind sagt „Es tut nicht weh“, beruhigt nicht, sondern signalisiert, dass es durchaus wehtun könnte. Besser ist eine spielerische Vorbereitung auf den Zahnarzt, indem sich beispielsweise die Eltern in den Mund schauen lassen oder man gemeinsam ein Bilderbuch zum Thema ansieht.

Vorsorge lohnt für Groß und Klein

Nach dem Arztbesuch dürfen Eltern stolz sein auf ihre tapferen Kleinen. Dr. Reinelt rät: „Loben Sie Ihr Kind für gute Mitarbeit beim Zahnarzt. Zur Belohnung sollte es allerdings keine größeren Geschenke geben – sonst lernt das Kind nicht, den Zahnarztbesuch als normal und selbstverständlich einzuordnen.“ Eine Belohnung gibt es hinterher für SBK-Versicherte: Die jährliche Vorsorgeuntersuchung beim Zahnarzt können sich Kinder und Erwachsene in das SBK-Bonusheft eintragen lassen und erhalten dafür je 10,- Euro.

Über die SBK:

Die Siemens-Betriebskrankenkasse SBK ist Deutschlands größte Betriebskrankenkasse. Die geöffnete, bundesweit tätige gesetzliche Krankenkasse versichert mehr als 1 Million Menschen und betreut über 100.000 Firmenkunden in Deutschland – mit mehr als 1.500 Mitarbeitern in über 100 Geschäftsstellen.

Seit über 100 Jahren steht für die SBK der Mensch immer im Mittelpunkt. Sie unterstützt heute ihre Kunden bei allen Fragen rund um die Themen Versicherung, Gesund bleiben und Gesund werden. Dies bestätigen auch die Kunden. So hat die SBK 2014 den Deutschen Servicepreis erhalten, wurde 2013 zum zweiten Mal in Folge „Deutschlands beliebteste gesetzliche Krankenkasse“ und zudem „Bester Krankenversicherer 2013“. Beim Kundenmonitor Deutschland belegte die SBK 2013 zum siebten Mal in Folge Platz 1 bei der Kundenzufriedenheit. 2014 platzierte sich die SBK im Wettbewerb „Deutschlands beste Arbeitgeber“ ebenfalls zum siebten Mal in Folge unter den besten 100 Unternehmen.

Für Rückfragen:

SBK

Susanne Gläser

Pressesprecherin

Heimeranstraße 31

80339 München

Telefon: +49 (0) 89 62700-710

E-Mail: susanne.glaeser@sbk.org

Internet: www.sbk.org

Besuchen Sie uns im Internet und diskutieren Sie mit:



www.sbk.org



www.facebook.com/sbk



twitter.com/Siemens_BKK