

# Gesund beginnt im Mund und geht von da aus weiter...

**„Bei uns in der Kita wird nicht mehr geputzt. Was können wir Eltern dagegen tun?“**

Immer wieder erreichen uns Anrufe besorgter Eltern, die uns mitteilen, dass in der Kindereinrichtung ihres Kindes keine Zähne mehr geputzt werden. In Gesprächen mit Leiterinnen und Erzieher haben wir vielfältige Gründe erfahren, warum das Putzen eingestellt wurde.

Wir nehmen die Argumente ernst. Mit diesem Informationsblatt möchten wir auf die vorgetragenen Gründe näher eingehen.

**Mit Freude und Spaß dabei- Zahnputzübung in der Gruppe**



## ZAHNGESUNDHEIT ist KINDERGESUNDHEIT

Gesunde Milchzähne beeinflussen die gesamte Entwicklung der Kinder positiv. Regelrechte Sprach-, Gebiss- und Kieferentwicklung, körperliches Wohlbefinden, Aufnahme kauaktiver Kost, soziale Integration – für alle diese Bereiche sind gesunde Kinderzähne ein absolutes Muss. Doch Kinder sind abhängig von ihren Bezugspersonen, die in den ersten Lebensjahren, einen wertvollen Beitrag zur Kindergesundheit leisten. Lesen Sie, wie Sie dazu beitragen können, dass jedes Kind im Freistaat mit gesunden Zähnen aufwächst.

## Warum ist das Zähneputzen im Kindergarten so wichtig?

In vielen Kindereinrichtungen werden Mundhygiene und Zahnprophylaxe bereits großgeschrieben. Das tägliche Zähneputzen bietet allen Kindern die gleiche Chance auf gesunde Zähne und trägt zur Bewusstseins- und Gewohnheitsbildung bei. Die Kinder lernen bereits frühzeitig, Eigenverantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen. Wird das Thema bereits in der Kindereinrichtung aufgegriffen, vermitteln die Erzieher den Eltern, dass das Thema wichtig ist und verstärken somit den präventiven Ansatz.

### Zähneputzen - ist das nicht Sache der Eltern?

Ist es, aber nicht ausschließlich. Kinder sind oftmals bis zu 8 Stunden in der Einrichtung. In dieser Zeit wird eine Hauptmahlzeit und bis zu zwei Zwischenmahlzeiten eingenommen. Den Eltern bleibt wenig Zeit für die Erziehung. Deshalb sollte in der Kita Zahngesundheits-erziehung zum selbstverständlichen Tagesablauf gehören. Vor allem für Kinder, in deren Familien die Zahnpflege

einen geringen Stellenwert hat und die wenig oder keine Unterstützung der Eltern erfahren, profitieren vom täglichen Zähneputzen in der Einrichtung. Kinder, die das Zähneputzen in der Einrichtung über den gesamten Besuchszeitraum erleben, greifen auch zu Hause eher zur Zahnbürste, auch wenn die Eltern das Zähneputzen nicht aktiv unterstützen.





## Hygienefragen rund ums Zähneputzen

### „Vertauschte Zahnbürsten sind eine Keimübertragungsquelle!“

Kitakinder sind „Spielkinder“. – so kommt es vor, dass auch die Bürsten zum Spielen genutzt werden oder diese im Waschraum vertauscht werden. Eine Vielzahl von Studien haben sich mit der Frage beschäftigt, ob eine Infektionsgefährdung von der Zahnbürste ausgeht. Das

Ergebnis dieser Studien lautete, dass eine Gefahr für die Übertragung **gefährlicher** viraler oder bakterieller Krankheitserreger beim Vertauschen von Bürsten **nicht** ersichtlich ist. Im Kindergarten kommt es aber immer wieder zu Ansteckungen, wenn sich die Kinder anniesen, anhusten oder das Spielzeug wie auch die Zahnbürste im Wege der Speichel und Tröpfcheninfektion in den Mund stecken.

Jede Kita ist verpflichtet, nach § 36 IfSG einen Hygieneplan aufzustellen, um sicherzustellen, dass Infektionskrankheiten keine Chance haben.

Ist eine meldepflichtige Erkrankung aufgetreten, ist zu prüfen, ob die Zahnputzaktionen ausgesetzt werden.

Um hygienerechtlich auf der sicheren Seite zu sein, muss auch der Zahnbürsteneinsatz gut geplant sein.

## Tipps für den Zahnbürsteneinsatz

- **Jedes Kind hat seine eigene Zahnbürste und seinen eigenen Becher!**
- **Kennzeichnen Sie die Zahnbürste eindeutig!**  
Da die Kinder in der Regel noch nicht lesen können, sollten Blumen oder Tier-symbole verwendet werden
- **Bewahren Sie die Zahnbürsten kindersicher auf!**  
Lassen Sie die Zahnbürsten nicht zur freien Verfügung im Waschraum stehen  
Geben Sie Zahnbürsten und Zahncreme immer nur an eine kleine Gruppe Kinder heraus und beaufsichtigen Sie diese beim Putzen.
- **Händewaschen vor dem Zähneputzen!**  
Achten Sie darauf, dass die Kinder, bevor die Bürsten ausgegeben werden, die Hände gründlich mit Wasser und Seife waschen.
- **Achten Sie auf eine hygienische Aufbewahrung!**  
Nach dem Putzen die Bürsten unter fließendem Wasser ausspülen. Bürsten stehend mit dem Kopf nach oben aufbewahren. Spätestens nach drei Monaten müssen die Bürsten gewechselt werden.  
Ist die Einrichtung von bakteriellen oder viralen Durchfallerkrankungen betroffen, ist zu empfehlen, die Zahnbürsten komplett zu ersetzen.
- Wöchentlich kann in einer Spülmaschine die Reinigung der Bürsten vorgenommen werden. Dabei sollten ausschließlich Zahnputzwerkzeuge gereinigt werden.



## Organisation des Zähneputzens in der Einrichtung

### „Die Kinder putzen alles, nur nicht ihre Zähne !“

Auch hier gilt:

Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen.

Um Schmierereien im Waschraum zu umgehen, hat es sich bewährt, nach festen Regeln vorzugehen.

Starten Sie mit einem Einführungsprogramm.

Dosieren Sie auf einem Teller erbsengroße Zahnpastaklecke.

Bei diesem Vorgehen fällt die Zahnpasta beim Drehen oder Schwenken der Bürste nicht auf den Boden.

Machen Sie jeden Schritt des Zahnputzvorgangs vor und üben Sie mit den Kindern in kleinen Gruppen gemeinsam.

Hilfreich ist es, im Waschraum eine bebilderte Zahnputzanleitung aufzuhängen und die Übungen zu wiederholen.

### So klappt es:

- kurze verbale Anleitung
- Vor- und Mitmachen
- Einsatz der **KAI**-Technik **K**auflächen, **A**ußenfläche, **I**nnenfläche
- Zahnputzanleitung und Sanduhr aufhängen
- Zielspucken üben
- Zahnputzreime, Lieder

„Entschuldige, dass ich mich ungeschickt anstelle, aber ich lebe zum ersten Mal!“

### Wir können die Kinder nicht beaufsichtigen, wir haben zu wenig Personal!

Wurde das Zähneputzen intensiv mit einem wiederholten Einführungsprogramm Schritt für Schritt mit den Kindern geübt, ist eine Aufsicht nicht zwingend notwendig. Bei altersgemischten Gruppen oder freiem Konzept, können ältere Kinder als „Zahnputzpaten“ eingesetzt werden. Auch dieser bekommt eine klare Anleitung und Aufgabenzuweisung.

### Wir haben zu wenig Waschbecken!

In Einrichtungen, in denen nach einem freien Konzept gearbeitet wird, ist das kein Problem. Die Kinder können nach und nach zum Zähneputzen in kleinen Gruppen gehen.

In großen Gruppen empfiehlt sich, die Gruppe zu teilen. Während ein Teil der Gruppe putzt, kann der andere Teil ein Zahnputzlied singen oder ihnen wird eine Geschichte vorgelesen.

### Wir haben kein Geld für Zahnbürsten!

Die LAGZ unterstützt die tägliche Zahnpflege in den Einrichtungen mit Zahnputzwerkzeugen. Das kann jedoch nicht flächendeckend und ganzjährig erfolgen. Die Mitarbeit der Eltern ist notwendig.

Sammeln Sie gleich zu Beginn des Kindergartenjahres einen Betrag von den Eltern für den Bezug von Zahnpflegeartikeln ein. Kostengünstig können diese über den Verein für Zahnhygiene bezogen werden.

### Weitere Fragen:

#### Müssen wir nach dem Essen eine halbe Stunde warten?

Nein. Diese Empfehlung gilt nicht für Kinder, sondern für Erwachsene mit speziellen Befunden nach erhöhtem Konsum von hoch säurehaltigen Lebensmitteln oder Getränken. Bei Kindern gilt:

Regelmäßiges Zähneputzen nach den Hauptmahlzeiten ohne Wartezeit.

#### Welche Zahnpasta ist die richtige?

Um einen wirksamen Kariesschutz zu erreichen, sollte moderat fluoridierte Kinderzahncreme verwendet werden.

Diese sollte neutral schmecken, um die Kinder nicht zum Naschen zu verleiten.

#### Gibt es ein Zuviel an Fluorid?

Nicht, wenn die fluoridierte Kinderzahncreme bestimmungsgemäß eingesetzt wird. Der zulässige Grenzwert von 0,05–0,07 mg / kg Körpergewicht wird selbst bei dreimaligem Putzen mit einer erbsengroßen Menge Kinderzahncreme (ca. 0,45 mg/Tag) in der Regel nicht überschritten.



Landesarbeitsgemeinschaft für Jugendzahnpflege  
des Freistaates Sachsen e.V.

Gesunde Zähne von Anfang an

**Landesarbeitsgemeinschaft für  
Jugendzahnpflege des Freistaates  
Sachsen e.V. ( LAGZ Sachsen e.V.)**

Schützenhöhe 11

01099 Dresden

Telefon: 0351-8066330

Fax: 0351-8066340

E-Mail: [info@lagz-sachsen.de](mailto:info@lagz-sachsen.de)

Internet: <http://www.lagz-sachsen.de>

Die LAGZ Sachsen e.V. ist ein Zusammen-  
schluss der sächsischen Zahnärzte, der Ver-  
bände der gesetzlichen Krankenkassen in  
Sachsen, der sächsischen Städte und Kommu-  
nen sowie des Freistaates Sachsen zum Zweck  
der Förderung der Jugendzahnpflege in Sach-  
sen auf der Grundlage des § 21 Sozial-  
gesetzbuch V.

**Allen Erzieherinnen und Erziehern sowie Betreuungspersonen ein herzliches  
Dankeschön für Ihren täglichen Einsatz zum Wohle der Kinder!**

**Bei weiteren Fragen helfen wir Ihnen gern weiter!**

Literatur: Thumeyer A. et.al. Mein Kindergarten will Zähneputzen, 7. überarbeitete Auflage,  
Verein für Zahnhygiene Darmstadt

Impressum:

Herausgeber:

LAGZ Sachsen e.V. mit Unterstützung der Kinder- und Jugendzahnklinik Dresden

Titelfoto LAGZ Sachsen e.V.

Foto S.2 proDente e.V. und Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft Bremen

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf Grundlage des von den  
Abgeordneten des Sächsischen Landtages beschlossenen Haushaltes.