

# Merkblatt für Eltern zur Kariesprophylaxe bei Säuglingen und Kleinkindern

Zur Kariesprophylaxe beim Kleinkind empfehlen Kinderärzte und Zahnärzte die Anwendung von Fluoriden ab dem Säuglingsalter

Es gibt zwei Möglichkeiten, Fluoride anzuwenden: als **fluoridierte Zahncreme** **oder** **Fluorid in Tabletten- oder Tropfenform.**

Da Säuglinge und Kleinkinder nicht zu viel Fluorid aufnehmen dürfen, haben Kinderärzte und Zahnärzte gemeinsam zwei gleichwertige Möglichkeiten der Kombinierte Rachitis- und Kariesprophylaxe ausgearbeitet (siehe Tabelle unten). Sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt und/oder Zahnarzt darüber!

Bis zur Vollendung des 2. Lebensjahres	Variante A	Variante B
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einnahme eines Vitamin-D-Präparates (500 I.E. Vit.D) <b>ohne</b> Fluoridzusatz</li> <li>• Ab Durchbruch des ersten Zahnes einmal täglich Zähneputzen mit einer „reiskorngroßen“ Portion <b>fluoridierter Kinderzahncreme</b> (500 ppm Fluorid)</li> <li>• Verwendung von fluoridiertem Speisesalz mit Beginn der festen Kost*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einnahme eines Kombinationspräparates Vit-D mit Fluorid (500 I.E. Vit. D)</li> <li>• Ab Durchbruch des ersten Zahnes einmal täglich Zähneputzen mit einer „reiskorngroßen“ Portion <b>fluoridfreier Kinderzahncreme</b></li> <li>• Verwendung von fluoridiertem Speisesalz mit Beginn der festen Kost*</li> </ul>
<p><b>Vom 2. Geburtstag bis zur Vollendung des 6 Lebensjahres</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zweimal täglich Zähneputzen mit einer „erbsengroßen“ Portion fluoridierter Kinderzahncreme (500 ppm Fluorid)</li> <li>• Verwendung von fluoridiertem Speisesalz*</li> <li>• Keine Einnahme von Fluorid-Tabletten</li> </ul>	

\* Speisesalz ist bei Kindern, insbesondere bei Kleinkindern, aus ernährungsphysiologischer Sicht generell äußerst zurückhaltend anzuwenden.

**Dosierungsempfehlungen für die Zahncremeanwendung bei Kindern:** Die gefärbten Büschel des Bürstenkopfes geben eine Orientierung; links Dosierung bis zum zweiten Geburtstag, rechts Dosierung bis zum 6. Geburtstag.



Abb. A: Dünner Film an Kinderzahncreme



Abb. B: Erbsengroße Menge an Kinderzahncreme

(Foto: Hellwig E, Schiffner U, Schulte A, Koletzko, B, Bergmann K, Przyrembel H: S2K-Leitlinie Fluoridierungsmaßnahmen zur Kariesprophylaxe. AWMF Register Nr. 083-001; 2013)