

Zahnarzt **Dirk Formes**

Kinder

beim Zahnarzt

Der erste Zahnarzttermin,
ein kleiner Ratgeber für Eltern

Wir möchten Ihnen einige Tipps geben, wie Sie Ihr Kind zu Hause auf einen Zahnarztbesuch vorbereiten können. Es ist durchaus möglich, dass Ihnen manche davon etwas ungewöhnlich erscheinen; seien Sie sich bitte sicher, dass sich das von uns empfohlene Verhalten in vielen tausend Kinderbehandlungen - nicht nur in unserer Praxis - bewährt hat.

Mit dem Mund kann man soviel machen! Lachen, lächeln, sprechen, die Lippen zusammen pressen, singen, pfeifen, küssen und essen! Ihr Kind sollte wissen, dass es einen Mund und Zähne darin hat, und dass es ganz normal ist, sich mit diesem Bereich zu beschäftigen und ihn anderen Menschen zugänglich zu machen.

Karies vermeiden

Karies ist kein Schicksal! Bei manchen Kindern zeigt der Untersuchungsbefund, dass eine sogenannte **erhöhte Kariesgefährdung** vorliegt. Das bedeutet nicht, dass zwangsläufig immer wieder neue Löcher entstehen müssen. Es bedeutet nur, dass diese Kinder eine intensivere Vorsorge benötigen als andere Kinder mit einem niedrigeren Kariesrisiko.

Die aufeinander abgestimmten Behandlungsmaßnahmen eines solchen Vorsorgeprogramms (**Kariesprophylaxe**) können umfassen: das Einfärben der Zähne mit biologischen Färbemitteln. Sie machen Zahnbeläge sichtbar. Das Einüben der richtigen Zahnpflege in der Praxis. Bitte bringen Sie dazu die Zahnbürste Ihres Kindes mit.





Vorsorge

Das Schützen der kariesfreien Kauflächen der bleibenden Zähne mit einer Fissurenversiegelung. Die Fissurenversiegelung ist wie eine sehr oberflächliche Zahnfüllung und braucht selten wiederholt zu werden.

Das Stärken des Zahnschmelzes mit Fluoriden. Diese Fluoridierung wird regelmäßig wiederholt. Eine Ernährungsberatung.

Das Kontrollieren der Kariesgefährdung durch einen Speicheltest. Mit einer CHX-Kur wird, sofern erforderlich, gezielt das erhöhte Kariesrisiko bekämpft. (CHX = Chlorhexidindigluconat, antibakteriell wirksam gegen Karies verursachende Bakterien)

Kleine ganz groß

Versprechen Sie bitte keine Belohnungsgeschenke! Gerade Dinge, die sich Ihr Kind möglicherweise sehr wünscht, setzen es bei der Behandlung zu stark unter Druck und erschweren für das Team die Zusammenarbeit. **Je weniger Aufhebens Sie von der Angelegenheit machen, desto besser.**

Schimpfen Sie bitte nicht vor, während oder nach der Behandlung mit Ihrem Kind. Loben Sie es statt dessen - aber nur für das, was es auch wirklich gut gemacht hat: selbst wenn das nur eine winzige Kleinigkeit sein sollte.

Sollte Ihnen während einer Behandlung irgend etwas mißfallen, so sprechen Sie den Behandler bitte erst hinterher darauf an, möglichst in Abwesenheit des Kindes.

Selbstverständlich ist Ihre Anwesenheit im Behandlungszimmer willkommen. Bitte bleiben Sie aber eher im Hintergrund und überlassen Sie dem zahnärztlichen Team die Führung Ihres Kindes. Nur durch eine gute Zusammenarbeit zwischen Eltern und Zahnarzt ist eine erfolversprechende und angenehme Behandlung möglich.

Es kann auch sein, dass ein Kind sich sehr auf die Eltern fixiert, wenn sie im Zimmer anwesend sind. Dadurch gestaltet sich die Kontaktaufnahme sehr viel schwieriger. In solchen Fällen ist es besser, die Kinder alleine in das Behandlungszimmer gehen zu lassen.

Entspannte Behandlung

Bei der Kinderbehandlung können auch spezielle Entspannungstechniken, die der modernen klinischen Hypnose nach Milton Erickson entlehnt sind, eingesetzt werden. Dabei werden zum Beispiel Geschichten erzählt, die dazu dienen, die Aufmerksamkeit der Kinder von der Zahnbehandlung fortzuführen. Wenn Sprache und Erzählung manchmal etwas konfus klingen, so geschieht das mit voller Absicht. Diese Technik ist eine wirksame Methode um Ihr Kind in einen angenehmen (Trance-) Zustand zu führen.

Auch bei sehr kleinen Kindern (jünger als 3 Jahre) ist, mit Ihrer Hilfe, eine zahnärztliche Behandlung auch ohne Vollnarkose sehr gut möglich. Die Jüngsten brauchen während der Behandlung die Nähe ihrer Eltern. Legen Sie sich deshalb unter Ihrem Kind auf den Behandlungsstuhl, halten Sie es (aber so, dass es ausreichend Bewegungsmöglichkeit hat) und legen Sie eine Hand auf den Bauch Ihres Kindes. Nur liegen lassen, nicht streicheln! Sie werden spüren, wie Sie und Ihr Kind sich jetzt entspannen. Durch die Anwendung von speziellen Entspannungstechniken ist es möglich, die Behandlung so zu gestalten, dass Ihr Kind sie positiv wahrnehmen wird.

Vor der Behandlung

Wecken Sie die Neugierde Ihres Kindes auf das kommende Erlebnis "Zahnarztbesuch". In vielen Praxen dürfen die Kinder selber Zahnarzt spielen und Stofftiere - oder das eigene Kuscheltier - untersuchen.

Gestalten Sie den Tag des Zahnarztbesuches frei von Belastungen und sorgen Sie dafür, dass Sie und Ihr Kind ausgeruht sind. Vermeiden Sie beruhigend gemeinte Formulierungen wie "Du brauchst keine Angst zu haben, es tut bestimmt nicht weh." Falls Ihr Kind fragt, ob eine Zahnbehandlung weh tut, ist es viel geschickter zu antworten, dass die meisten Kinder sagen, es würde kitzeln.


Trotz aller Vorbereitungen ist ein Zahnarztbesuch für Ihr Kind neu und ungewohnt. Deshalb ist es ratsam, wenn das Behandlungsteam schrittweise vorgeht, um Ihr Kind behutsam in die Behandlungssituation einzuführen. Haben Sie bitte Geduld, auch wenn sich eine Behandlung einmal über mehrere Sitzungen erstrecken sollte.

Trance

Trance - ein Weg zur entspannten Behandlung. Während man im normalen Bewusstseinszustand immer verschiedene Reize gleichzeitig wahrnimmt, ist in Hypnose oder Trance die gesamte Aufmerksamkeit (oder zumindest ihr größter Teil) auf eine bestimmte Sache gerichtet, so dass man die restliche Umgebung mehr oder weniger aus dem Auge verliert. Etwas "wie in Trance" zu tun, ist also ein ganz alltäglicher Zustand, den man z.B. beim Joggen, beim Lesen eines spannenden Buches oder bei einer konzentrierten Arbeit erleben kann.

Bei der medizinischen Anwendung fordern wir diese Fähigkeit zur "Alltagstrance" sehr stark und so gezielt, dass Sie sich auch auf dem Zahnarztstuhl aus der momentanen Situation (der Behandlung) für so lange, wie Sie es möchten soweit entfernen können, wie Sie es möchten.

In der Zahnmedizin ist Hypnose bei fast allen Maßnahmen hilfreich, insbesondere längere Behandlungen können mit Trance zu einer angenehmen Erfahrung werden.

The background features two large, overlapping circles. One is a light green circle on the left side, and the other is a darker green circle on the right side. The text is positioned in the white space between these circles.

Darüber hinaus verwenden wir sie in folgenden speziellen Bereichen: Hypnose ermöglicht besonders ängstlichen oder angespannten Patienten eine wesentlich angenehmere Zahnbehandlung; im Laufe der Zeit lässt sich so die Zahnarztangst für immer abbauen. Patienten, die das taube Gefühl nach einer Betäubung nicht mögen, oder normale Betäubungsmittel nicht vertragen, können sich auch ohne Spritze schmerzarm oder sogar schmerzfrei behandeln lassen. Entgegen der landläufigen Meinung sind fast alle Menschen hypnotisierbar, ohne dass Sie dafür besondere Fähigkeiten haben müssen. Besonders gut lassen sich Kinder mit Hypnose behandeln, während geistig Behinderte oder Drogenabhängige für eine solche Behandlung nicht in Frage kommen. Im Gegensatz zur sogenannten Showhypnose, die nur der Unterhaltung dient, setzt die medizinische Hypnose immer einen ärztlichen Zweck voraus.

So schnell

Die Hypnose hat noch einige spezielle Effekte, die sich für die zahnärztliche Behandlung nutzen lassen: Im Trancezustand verkürzt sich subjektiv die Dauer der Behandlung. Ein entspannter Patient ermöglicht seinem Behandler eine sehr viel präzisere Arbeit und erhält so ein verbessertes Ergebnis. Das Immunsystem wird durch Trance gestärkt. Dadurch verläuft die Wundheilung schneller und unkomplizierter.

Sollten Sie noch Fragen haben oder schon jetzt der Meinung sein, dass eine entspannte Behandlung mit Trance für Sie interessant ist, dann besuchen Sie folgende Web-Seiten für mehr Informationen:

www.dgzh.de

www.hypnose.de

www.hypnos.de

www.dgzh-ol.de

Vorbild

Zum Schluss möchten wir Sie darum bitten, einmal in sich selbst hineinzufühlen. Sollte für Sie ein Zahnarztbesuch unangenehm oder gar mit Angstgefühlen behaftet sein, übertragen Sie das mit großer Wahrscheinlichkeit auf Ihr Kind. Auch wenn Sie sich um das Wohl Ihres Kindes Sorgen machen sollten, können Sie diese Besorgnis übertragen und verursachen ähnlich unruhige Empfindungen bei Ihrem Kind. Wir möchten Sie darum bitten, zu prüfen, ob Ihre Anwesenheit im Behandlungszimmer eine wirkliche Hilfe für Ihr Kind ist.

Buchempfehlung:

Das Geheimnis glücklicher Kinder

von Steve Biddulph. Beust Verlag

ISBN 3-89530-000-4





Schwanger

Da fängt die Prophylaxe schon zweifach an. Vergessen Sie jetzt Ihre Zähne nicht! Denn gerade in dieser Zeit sind sie anfälliger für Karies und Zahnfleischbluten. Lassen Sie Ihre Zähne in den ersten Schwangerschaftsmonaten von Ihrem Zahnarzt durchchecken oder, besser noch vorher, wenn Sie planen, schwanger zu werden.


Gönnen Sie sich in der Schwangerschaft eine regelmäßige professionelle medizinische Zahnreinigung. Verschiedene wissenschaftliche Studien haben nachgewiesen, dass Kinder von Müttern, die während der Schwangerschaft regelmäßig prophylaktisch betreut wurden, weniger Karies bekommen. Die Vorbeugung von Karies für Ihr Ungeborenes kann schon jetzt anfangen, indem Sie Ihr individuelles Kariesrisiko durch Speicheldiagnostik bestimmen lassen. Sollte Ihr Kariesrisiko "hoch" eingestuft werden, gibt es die Möglichkeit, durch eine antibakterielle Therapie den größten Teil der Karieserreger zu eliminieren. Wenn in Ihrem Mund eine geringe Anzahl dieser Erreger vorhanden ist, können Sie Ihr Kind nicht mehr anstecken. Denn Karies ist eine Infektionskrankheit.

Vermeiden Sie deshalb auch die Übertragungswege: lecken Sie den Löffel Ihres Kindes nicht ab, nehmen Sie den Schnuller nicht in den Mund um ihn "sauber" zu machen, lecken Sie nicht am tropfenden Eis Ihres Kindes usw.

Aus der Flasche?

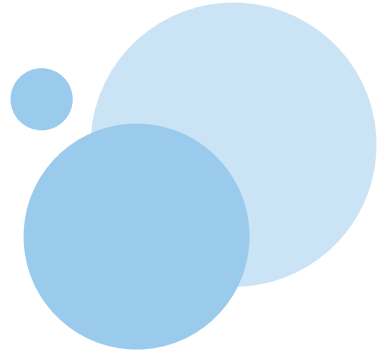
Das Nursingbottlesyndrom oder Teeflaschenkaries.

Karies entsteht nur dann, wenn die Erreger Gelegenheit haben, die Zähne oft genug anzugreifen. Wenn Sie (oder Ihr Kind) 200 g Schokolade essen, schadet es den Zähnen nicht, wenn Sie alles auf einmal aufessen. Verteilen Sie diese Schokolade aber in 10 kleinere Portionen von je 20 g, lassen Sie Ihre Zähne 20x von den Kariesverursachenden Bakterien angreifen. Dann wird das Gleichgewicht so zerstört, dass Karies entstehen muss. Genau so verhält es sich mit den Getränken: Geben Sie Ihrem Kind lieber 1 Glas Apfelsaft pur und 3 Gläser Mineralwasser (1 Angriff auf die Zähne) als 4x eine Apfelschorle (4 Angriffe, Karies kann entstehen). Deshalb sind Kinder, die Saftschorlen oder Kindertee aus der Flasche trinken (meistens nur schlückchenweise) auch im hohen Maße kariesgefährdet.

The page features two large, overlapping green circles. One is a vibrant lime green and is positioned in the upper right quadrant, partially overlapping the text. The other is a lighter, muted green and is located in the lower left quadrant, also partially overlapping the text.

Bitte schaffen Sie nur Glasflaschen (keine Plastikflaschen) für ihr Baby an. Sie tun ihm keinen Gefallen, wenn Sie es daran gewöhnen, aus einer "Pulle" zu trinken. Es ist schwer, diese Angewohnheit zu ändern. Und es ist schade, wenn Karies entsteht!

Mit der Unterstützung Ihres Zahnarztes können Sie Ihrem Kind ein wertvolles Geschenk machen: Sie können ihm dazu verhelfen, ein angstfreier und mundgesunder Erwachsener zu werden, der mit gesunden Zähnen wunderschön lachen kann.



Zahnarzt **Dirk Formes**

Tätigkeitsschwerpunkt:
Kinderzahnheilkunde und Endodontie