

# Zahnärztliche Beratung und Begleitung in der Schwangerschaft

An die Frauenarztpraxis:

Bitte legen Sie dieses Faltblatt in den Mutterpass ein, wenn Sie die Schwangere zur Zahngesundheit beraten haben.



## Beratung der werdenden Mutter Beginn der Schwangerschaft

**UZA**

Zahnbefund der Mutter

- naturgesund/saniert
- Plaque/Gingivitis
- behandlungsbedürftig

Bemerkungen/durchgeführte Behandlung

---

---

Datum \_\_\_\_\_

Stempel

### Liebe werdende Eltern,

in wenigen Monaten erwarten Sie Ihr Kind.

Wussten Sie, dass sich die Milchzähne schon ab der sechsten Schwangerschaftswoche entwickeln? Grund genug, bereits in der Schwangerschaft auf die eigene Gesundheit zu achten.

Haben Sie als Eltern gepflegte und gesunde Zähne, so sind die Chancen für die Mundgesundheit Ihres Kindes ebenfalls gut. Während der Schwangerschaft reagiert das Zahnfleisch der Mutter wegen der hormonellen Umstellung sehr empfindlich und neigt zum Bluten. Daher ist die effektive Zahnpflege besonders am Zahnfleischrand und im Zahnzwischenraum noch wichtiger.



Gehen Sie deshalb bereits zum Beginn der Schwangerschaft in Ihre Zahnarztpraxis und lassen Sie sich individuell beraten. Vielleicht ist auch eine professionelle Zahnreinigung sinnvoll, denn nur so kann der Zahnbelag dort entfernt werden, wo Sie selbst kaum hinkommen. Ziel ist ein entzündungsfreies Zahnfleisch während der gesamten Schwangerschaft.

**Beratung der werdenden Mutter  
Ende der Schwangerschaft**

**UZB**

Zahnbefund der Mutter

- naturgesund/saniert
- Plaque/Gingivitis
- behandlungsbedürftig

Bemerkungen/durchgeführte Behandlung

---

---

Datum \_\_\_\_\_ Stempel \_\_\_\_\_

**Liebe werdende Eltern,**

**in wenigen Wochen ist es so weit:** Ihr Baby kommt zur Welt. Bestimmt haben Sie schon einiges vorbereitet oder sind mitten in den Vorbereitungen für die Geburt.

**Stillen**

Zu den ersten Themen, die Sie mit Ihrer Hebamme, mit Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt oder Kinderärztin/Kinderarzt besprechen werden, gehört das Stillen. Muttermilch ist die beste Nahrung für Ihr Kind. Beim Stillen wird auch das natürliche Saugbedürfnis Ihres Kindes befriedigt. Weit weniger bekannt ist, dass beim Stillen ein guter Mundschluss gefördert wird und damit Zahn- und Kieferfehlstellungen vorgebeugt wird.

Falls Sie nicht stillen, verwenden Sie am besten Glasflaschen mit einem Weithalssauger. Das Loch im Sauger lassen Sie unverändert.

Bei großer Hitze können Sie Ihrem Baby zusätzlich Wasser von einem Teelöffel oder aus einem kleinen Becher zum Durstlöschen geben. Meist unnötig sind Babyflaschen. In



den ersten Lebensjahren ist die Babyflasche der Zahnfeind Nr. 1. Jede süße Flüssigkeit ist beim Dauernuckeln gefährlich für die Zähne: Frucht- und Gemüsesäfte (auch verdünnt), gesüßter Tee, Eistee sowie Limonaden führen schnell zu Nuckelflaschen-Karies der Milchzähne und schlimmen Zahnschmerzen.

**Erster Zahnarztbesuch:** Parallel zur U5 beim Kinderarzt startet die zahnärztliche Vorsorge. Halten Sie die halbjährlichen Vorsorgeuntersuchungen in einer kinderfreundlichen Zahnarztpraxis zum Wohle Ihres Kindes unbedingt ein.

**Mundpflege**

Die Mundpflege ist Teil der täglichen Körperpflege Ihres Kindes. Streichen Sie mit Ihrem sauberen Finger (1), mit einem Fingerling (2) oder mit einer Mullwindel (3) über den zahnlosen Kieferkamm und gewöhnen Sie es so an die regelmäßige Mundpflege. Manche Kinder mögen von Anfang an lieber eine kleine Kinderzahnbürste mit weichen Borsten.



Noch bevor Ihr Kind die ersten Zähne bekommt, lassen Sie es mit einer Zahnbürste spielen. Ab etwa dem vierten Monat ist Ihr Kind in der oralen Phase: Es steckt alles in seinen Mund und macht sich so mit der Welt vertraut. Da darf die Zahnbürste natürlich nicht fehlen! Sobald der erste Milchzahn zu sehen ist, beseitigen Sie den kariesauslösenden bakteriellen Zahnbelag mit einer kleinen, weichen Kinderzahnbürste und einer reiskorngroßen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (maximal 1000 ppm Fluorid), morgens direkt nach dem ersten Frühstück und abends direkt nach dem Abendessen.

Ihr Kind wird Sie mit einem strahlenden Lächeln belohnen.



**Herausgeber**

Kassenzahnärztliche Vereinigung Hessen  
Lyoner Straße 21  
60528 Frankfurt am Main  
www.kzvvh.de

Landeszahnärztekammer Hessen  
Rhonestraße 4  
60528 Frankfurt am Main  
www.lzkvh.de