**THEMENDIENST**

Leserfrage

**Zahnpflege in der Kita: Verbreiten sich Krankheitserreger über Zahnbürsten?**

**Frage von Annette W. aus Oldenburg an Professor Stefan Zimmer, Sprecher der Informationsstelle für Kariesprophylaxe (IfK) und Lehrstuhlinhaber für Zahnerhaltung und Präventive Zahnmedizin an der Universität Witten/Herdecke:**

*„Können sich bei der Zahnpflege in der Kita über die Zahnbürsten Krankheitserreger verbreiten?“*

„Durch die Nahrungsaufnahme ist die Mundhöhle schon auf die verschiedensten Mikroorganismen aus der Umwelt „vorbereitet“. Daher werden Krankheitserreger, wie Bakterien und Pilze, in der Regel schnell abgewehrt. Außerdem sind nach einem Tag Trocknungsphase kaum noch Keime auf der Zahnbürste nachweisbar, weil diese bei Raumtemperatur nicht überleben. Dass sich Krankheitserreger über die Zahnbürste verbreiten, ist daher relativ unwahrscheinlich. Viel wahrscheinlicher ist jedoch eine Krankheitsübertragung durch Spielzeug, Körperkontakt, Speichel oder Nasensekret. Um trotzdem auszuschließen, dass sich Keime über Zahnbürsten verbreiten, können Kinder und Erzieher ein paar einfache Regeln befolgen:

* Jedes Kind bekommt eine eigene Zahnbürste und einen eigenen Becher, beides am besten mit einem Symbol versehen. Die Zahnbürsten sollten spätestens nach drei Monaten gewechselt werden.
* Nach dem Putzen wird die Bürste unter fließendem Wasser abgespült und bei Raumtemperatur mit dem Kopf nach oben stehend getrocknet.
* In Ausnahmefällen können die Zahnbürsten in der Spülmaschine gereinigt werden.

Das regelmäßige Zähneputzen in der Kita ist eine wichtige Säule der Kariesprophylaxe, denn so lernen schon die Kleinsten die Bedeutung der Mundhygiene kennen. Daneben sind regelmäßige Zahnarztbesuche, idealerweise ab einem Alter von sechs Monaten, sinnvoll. Zum Zähneputzen empfehle ich für Kinder bis sechs Jahre eine Zahnpasta mit einem Fluoridgehalt von höchstens 500 ppm. Ab dem sechsten Geburtstag kann Zahnpasta mit einem Fluoridgehalt von 1.500 ppm zum Einsatz kommen. Zu guter Letzt leisten eine zahngesunde Ernährung, bestehend aus Obst, Gemüse und Vollkornprodukten, sowie die Verwendung von fluoridiertem Speisesalz (circa nach dem ersten Geburtstag), einen wichtigen Beitrag zu gesunden Zähnen.“

*1.810 Zeichen inkl. Leerzeichen*

Abdruck honorarfrei / Beleg erbeten

**Herausgeber:**

Informationsstelle für Kariesprophylaxe

Laura Zimmer, Dirk Fischer

Leimenrode 29, 60322 Frankfurt

Telefon: 069 / 2470 6822

Fax: 069 / 7076 8753

E-Mail: daz@kariesvorbeugung.de

[www.kariesvorbeugung.de](http://www.kariesvorbeugung.de)