



Pressekonferenz anlässlich des Monats der Mundgesundheit 2009

Montag, 31. August 2009, 10.00 Uhr
Do & Co Haas Haus Stephansplatz 12,
Wintergarten, 8. Stock

Ihre Gesprächspartner:

Alois Stöger , Bundesminister für Gesundheit, Familie und Jugend

Dr. Wolfgang Müller, Prophylaxereferent der Zahnärztekammer Österreich

Mag. Reinhard Möseneder, General Manager Colgate Palmolive GmbH

Rückfragen bitte an:

Milestones in Communication

Gerlinde Beninger, MSc

Tel.: 0732/348302

Mobil: 0664 / 1408197

E-Mail: gerlinde.beninger@minc.at



Jugend-Studie zum Monat der Mundgesundheit 09: Schöne Zähne sind wichtiger als reine Haut oder schlanke Figur

Schöne Zähne sind Jugendlichen in Österreich bei ihrem Gegenüber wichtiger als etwa reine Haut oder eine schlanke Figur. Zu diesem Ergebnis kommt eine Jugend-Studie des Befragungsinstituts GfK anlässlich des Monats der Mundgesundheit. 1.200 Jugendliche im Alter zwischen 12 und 24 Jahren wurden befragt.

Insgesamt 56 Prozent der befragten Jugendlichen achten auf schöne und gepflegte Zähne, 39 Prozent ist eine schöne und reine Haut wichtig. Nur 31 Prozent achten auf eine schlanke Figur, 26 Prozent auf volles Haar.

Entsprechend genau nehmen es die Jugendlichen mittlerweile mit der Zahnpflege. 92 Prozent der Befragten putzen ihre Zähne in der Früh, etwas mehr als die Hälfte davon nach dem Frühstück, 85 Prozent am Abend.

Bevor sie ausgehen, greifen 40 Prozent der Jugendlichen nochmals zur Zahnbürste, ein Viertel, bevor sie Freund oder Freundin treffen.

Weniger genau nimmt es Österreichs Jugend mit der professionellen Zahnreinigung. Nur 40 Prozent haben jemals eine professionelle Zahnreinigung durchführen lassen. Nur etwa 6 Prozent folgen der Fachempfehlung und gehen dafür zweimal pro Jahr zum Zahnarzt.

Erinnerung an den ersten Zahnarztbesuch

Angst vor dem Zahnarzt dürften für diese geringe Frequenz keine Rolle spielen. Während für viele Erwachsene und ältere Patienten der Zahnarztbesuch aus Kinderheitserinnerungen heraus noch immer mit Angst und Schmerzen behaftet ist, hat die heutige Jugend wesentlich weniger schlechte Erfahrungen.

Die meisten Jugendlichen bewerten den ersten Zahnarztbesuch eher neutral: 43 Prozent haben eine neutrale Erinnerung an ihren ersten Besuch, 32 Prozent denken sogar positiv zurück und nur 23 Prozent geben an negative Erinnerungen zu haben.

Eine heikle Zeit bis zur Jugend

„Wer bis nach der Pubertät kariesfrei gelebt hat, hat Karies für fast immer überstanden“ lautet ein Credo der Zahnexperten. „Diese Erkenntnis sollte eigentlich Ansporn genug sein für Eltern und ihre Kinder in der Zeit den Zähnen und der Ernährung besondere Aufmerksamkeit zu schenken“, zeigt sich Reinhard Möseneder, Colgate General Manager zuversichtlich.

**Gesunde Zähne kinderleicht:
Zähneputzen als Ritual, Gesunde Ernährung,
Wasser Trinken und die wichtigen Milchzähne**

Empfehlungen von Experten für Kinder und Jugendliche

Empfehlungen über richtiges Zähneputzen, gesunde Ernährung, vor allem auch das Trinken, und viele hilfreiche Tipps für Eltern und Kinder sind in der neuen Broschüre „Gesunde Zähne kinderleicht“ nachzulesen. Sie steht unter www.mundgesundheit.at zum download bereit.

Empfehlungen für Eltern mit Kindern und für Jugendliche wurden auf Basis von Praxiserfahrung in einem von Colgate initiierten Expertengespräch erarbeitet. Teilnehmer der Expertenrunde waren Dr. Wolfgang Müller, Zahnarzt aus Bregenz und Prophylaxereferent der Zahnärztekammer, die Kinderzahnärztin Dr. Verena Bürkle aus Salzburg, die Ernährungswissenschaftlerin Hanni Rützler und zwei Vertreter des Vereins für prophylaktische Gesundheitsarbeit (PGA), Geschäftsführer Heinz Eitenberger und Dr. Adelheid Wörnhör-Klein, Geschäftsbereichsleiterin der Zahngesundheit.

Tipps für Eltern und Kinder aus der Expertenrunde

Das Zähneputzen sollte als Ritual gesehen werden. Kinder sollten erlernen, mit der Zahnbürste im Mund umzugehen. Das Kind sollte sehen, dass seine Eltern auch Zähne putzen. Eltern beklagen manchmal, dass ihr Kind sie nicht putzen lässt. Sie wollen damit eine Zahnarztphobie vermeiden und drängen ihr Kind daher nicht dazu. Wickeln oder anschnallen hingegen wird auch ohne Zustimmung des Kindes getan, warum also auch nicht Zähneputzen? Wichtig ist auch die Neugier zu wecken.

Kinder lernen durch vorzeigen und Nachahmung. Gerade weil sich in unserem Leben so viel entritualisiert, sollte Zähneputzen zu einem Ritual für Kinder werden.

Kindern beim Putzen lange helfen

Kinder mit drei oder vier Jahren sollen noch nicht ausschließlich alleine die Zähne putzen. Eltern sollen unbedingt nachputzen. Eine Regel hierfür ist: Eltern sollten so lange nachputzen bis ihr Kind schön flüssig schreiben kann, denn erst dann ist die nötige Ausbildung der Feinmotorik erreicht. Eine weitere Regel sind zwei Minuten Putzdauer mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta. Die Reinigung der Zahnzwischenräume wird dann wichtig, sobald die Kontakte geschlossen sind. Die Benutzung von Zahnseide kann schon sehr früh beginnen wenn es aufgrund der Zahnstellung erforderlich ist, meist wird das Gebiss ab ca. 5 ½ Jahren deutlich enger, wenn die neuen Zähne nachzuschieben beginnen. Spätestens dann sollte mit Zahnseide begonnen werden. Am Besten üben das Eltern mit ihren Kindern gemeinsam. Zahnseide sollte sich als Norm etablieren. Der Gebrauch von Zahnseide muss geübt werden, denn bei falschem Gebrauch kann dieser äußerst schmerzhaft sein.

Die ersten Zähne prägen den Weg

Eine Frage die viele Erwachsenen stellen ist warum man Milchzähne überhaupt erhalten sollte. Milchzähne sind wichtige Platzhalter für die bleibenden Zähne. Die hinteren Zähne sind zudem für die Kaufunktion wichtig, die vorderen für eine gute Sprachentwicklung, zur Vermeidung von Zungenfehlfunktionen und für die Ästhetik. Kommt es zu Karies, können massive Schmerzen entstehen. Außerdem können die bleibenden Zähne mit Karies angesteckt werden und drittens sind sie schlecht für die allgemeine Gesundheit. „Kinder, die sehr kaputte Zähne haben, leiden unter einem schlechteren

Allgemeinzustand“, weiß Verena Bürkle, Kinderzahnärztin in Salzburg, zu berichten. Müller ergänzt: „Ferner stellt der Kauimpuls einen wichtigen Faktor für das Gehirn dar. Wird dieser durch Krankheiten gestört, kann auch das Gehirn nicht ordentlich arbeiten“. Bürkle weiter: „Es gibt sogar Studien die belegen, dass Kinder mit desaströsem Gebiss (Bsp.: Entzündungsherde, massive Karies und dgl.) in ihrem Entwicklungsstadium zurückliegen. Sobald die Zähne behandelt werden erleben sie einen Wachstums- und Entwicklungsschub!“

Der Sechser als Schlüssel zum Erfolg

Den so genannten „6-Jahr-Molar“ übersehen viele Eltern, da sie nicht wissen, dass etwa gleichzeitig mit dem Wechsel in der Front hinter dem letzten Milchbackenzahn ein bleibender Zahn kommt ohne dass ein anderer Zahn dafür ausfällt. Die Selbstreinigung des Zahns ist nahezu unmöglich, da der Zahn lange Zeit unterhalb der Kauebene der Milchzähne steht. Zusätzlich muss der Schmelz noch nachreifen, was zu einer erhöhten Kariesanfälligkeit führt. Am besten ist es, wenn die Eltern mithelfen und diesen Zahn speziell reinigen indem sie mit dem Finger den Mundwinkel etwas zur Seite ziehen und dann die Zahnbürste quer nehmen. Vielen Eltern ist ebenso wenig bewusst, dass es sich hierbei um einen bleibenden Zahn handelt.

Trinken – Wasser ist am gesündesten

Trinken ist ein gutes Einstiegsthema für gesunde Ernährung. Das Hauptproblem bei zahnunfreundlicher Ernährung sind zuckerhaltige Getränke“, so Dr. Wolfgang Müller. Eine entgegengesetzte Werbung ist von Nöten um den Konsum von Softdrinks einzudämmen. Gerade in Österreich ist das ohnehin so kostbare Gut Wasser von höchster Qualität. Auch der Begriff der light-Getränke ist

irreführend, enthalten diese oft genauso viele ungesunde Inhaltsstoffe. Wer viel Wasser trinkt ernährt sich besser, konzentriert sich besser. Am Besten man trinkt pro Stunde ein Glas Wasser, oder multipliziert das Körpergewicht mal 3 und dividiert es durch 100 um zu evaluieren wie viel Wasser täglich benötigt wird.

Schon die ganz Kleinen sollten ihren Durst nicht durch süße Säfte oder Tees löschen. Um Fläschchenkaries zu vermeiden sollte viel besser reines Wasser und ungesüßte Tees als Alternative zu gesüßten Getränken angeboten werden. Viele denken auch, dass verdünnter Himbeersaft im Fläschchen gut sei. Das ist völlig falsch. Ein weiteres Problem ist die Dauernuckelei, vor allem nachts.

Gesund beginnt im Mund: Der Monat der Mundgesundheit

Der Monat der Mundgesundheit findet jedes Jahr im September statt. Diese von Colgate initiierte Vorsorgeaktion ist österreichweit die größte Aktion in Sachen Mundhygiene. 3000 Zahnärzte, das Bundesministerium für Gesundheit, die österreichische Zahnärztekammer und die österreichische Gesellschaft für Parodontologie (ÖGP) sind Partner im Monat der Mundgesundheit.