

Zähneputzen

während der COVID-19-Pandemie

Die Angst vor dem Coronavirus kann das Betreuungspersonal in Schulen und Kindertagesstätten dazu verleiten, das Zähneputzen mit den Kindern einzustellen. Die Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO weist darauf hin, dass eine sorgfältige Mundhygiene auch während der Pandemie unerlässlich ist.



Die Schweizerische Zahnärztesgesellschaft betont nachdrücklich, dass gründliches Zähneputzen in der Covid-19-Pandemie zwingend ist. Nicht nur, damit die Zähne gesund bleiben, sondern auch, damit Kinder die tägliche Mundhygiene als selbstverständlich erleben und einüben.



Auch in Kitas oder Tagesschulen können Kinder weiterhin täglich ihre Zähne putzen, wenn die Hygienemassnahmen eingehalten werden. Wie die Mundhygiene im Rahmen der Schutzkonzepte konkret umgesetzt wird, ist Sache der kantonalen Gesundheitsbehörden und ihrer Institutionen. Denn die pandemische Situation variiert von Kanton zu Kanton erheblich.





Hinweis für Eltern:

Zu Hause sollten die Eltern mindestens morgens und abends kontrollieren, dass ihre Kinder sich sorgfältig die Zähne bürsten und gegebenenfalls nachputzen. Saubere Zähne sind am Abend besonders wichtig, da wir im Schlaf weniger Speichel produzieren, der die Zähne schützt.



Zahnbürstübungen in der Gruppenprophylaxe im SJ 2020/2021

2. Empfehlung der Stiftung für Schulzahnpflege-Instruktorinnen SZPI
während der Covid-19 Pandemie
Betrifft Klassenbesuche ab neuem Schuljahr 2020/21

Die Klassenbesuche mit Lektionen zu mundgesundheitsrelevanten Themen, sollen wie geplant im normalen Rhythmus durchgeführt werden.



Im Kanton Luzern verzichten wir bis auf ein Weiteres auf die Zahnbürstübungen. Alternativ zum Zähneputzen kann ein theoretischer Input zur Zahnputztechnik (gem. Systematik des Zähnebürstens) gemacht werden.

Systematik des Zähnebürstens (in der Schulmatura-Methode)

Die Zähne müssen gründlicher nach jeder Hauptmahlzeit und zusätzlich nach jeder zuckerhaltigen Zwischenmahlzeit in der angegebenen Reihenfolge gereinigt werden, sonst täglich mindestens gründlich von beiden Seiten. Die Zahnen- und Zahnpflege sollen bis zum 1. Jahreswechsel geübt werden. Zu Formide muss die Zahnpflege im Umgang geübt werden. Die Zahnpflege ist ein heilendes, wirksames Mittel zur Pflege und Erhaltung der Zähne und des Mundes.

1 Zahnpflege oben: Zahnpflege oben, Zahnpflege unten, Zahnpflege innen, Zahnpflege aussen, Zahnpflege an den Seiten.

2 Zahnpflege unten: Zahnpflege unten, Zahnpflege oben, Zahnpflege innen, Zahnpflege aussen, Zahnpflege an den Seiten.

3 Zahnpflege innen: Zahnpflege innen, Zahnpflege aussen, Zahnpflege oben, Zahnpflege unten, Zahnpflege an den Seiten.

4 Zahnpflege aussen: Zahnpflege aussen, Zahnpflege innen, Zahnpflege oben, Zahnpflege unten, Zahnpflege an den Seiten.

5 Zahnpflege an den Seiten: Zahnpflege an den Seiten, Zahnpflege oben, Zahnpflege unten, Zahnpflege innen, Zahnpflege aussen.

Universität Zürich, Zahnärztliche Fakultät, SSO

Kariesvermeidung durch lokale Fluoridierung

Zur wirksamen Kariesvermeidung sollte das Zähnebürsten stets mit Fluoridgelee durchgeführt werden.

1. Täglicher Gebrauch von Fluoridlackpaste

Ab Durchbruch des 1. Milchzahns → Fluoridlack (Kariesprophylaxe) 0,025% (100 µg/ml) Fluorid
 Ab Durchbruch des 1. Milchzahns → Zahnpasta oder Zahngel
 (Mindestens 1000 ppm bis 5 Jahre) → Zahnpasta oder Zahngel (Fluorid) ab 5 Jahren (1500 ppm) Fluorid

2. Bei erhöhtem Kariesrisiko: Anwendung von Fluoridgelee einmal pro Woche

Ab dem 6. Lebensjahr wird bei erhöhtem Kariesrisiko das wöchentliche Zähnebürsten mit einem Fluoridgelee, das 1,25% (12.500 µg/ml) Fluorid enthält (siehe unten) mehr als die normale Zahnpasta, empfohlen.

Die lokale Anwendung von Fluoridgelee erfolgt entsprechend den Anweisungen auf dem Verpackungsmittel. Während mindestens einer Stunde sollte nicht gegessen und getrunken werden. Das Fluorid wirkt dadurch länger auf dem Zahnoberflächen an und bietet somit einen besseren Schutz vor Karies.

Anstelle der wöchentlichen Fluoridgelee-Anwendung kann der Mund täglich mit einer Fluoridlösung bis 0,025% (100 µg/ml) Fluorid gespült werden. Spülen ist kein Ersatz für das Zähnebürsten! Bei Jugendlichen mit orthodontischen Apparaturen ist die tägliche Benutzung einer Fluoridlösung zusätzlich zur wöchentlichen Fluoridgelee-Anwendung angezeigt.

Bei den regelmäßigen, überwachenden Zahnärztlichen in den **Kindergärten** ist eine Fluoridlack-Fluoridpaste zu verwenden. In den **Schulen** ist einwöchentlich eine Zahnpasta oder eine normale Fluoridlackpaste zu verwenden, oder es kann auch Fluoridgelee, entsprechend den Anweisungen auf dem Verpackungsmittel, benutzt werden.

Kariesvermeidung mit fluoridiertem Speisesalz

Für eine optimale Kariesvermeidung wird, neben der Anwendung von Zahnpasta und Gelée, die

2. Benutzung von fluoridiertem Salz (Fakete mit grünem Streifen) empfohlen.

Der tägliche Gebrauch des fluoridierten Speisesalzes mit 0,025% (100 µg/ml) Fluorid (+JURA-SALZ) wird für die Zuführung aller Speisen in der Küche und am Tisch empfohlen. In keine jeden Haushalten ist es zu gering oder höher, von dieser vorübergehenden Massnahme profitieren.

Wenn die meisten Milchzähne durchgebrochen sind, erhält das Kind bereits einen gewissen Schutz und profitiert somit auch von der vorbeugenden Wirkung des fluoridierten Salzes.

Falls für den Salzkonsum ein erhöhtes Risiko besteht, kann der Zahnarzt Ihnen wirksame Alternativen anbieten.

Die Schulzahnpflege-Instruktorinnen SZPI halten sich strikt an die für Schulen geltenden Hygiene- und Schutzmassnahmen, analog Lehrpersonen. Um diese Massnahmen einhalten zu können müssen vorgängig die Möglichkeiten für den Bezug/Gebrauch von Schutzmaterial mit der Schulleitung abgeklärt werden.

Kontakt:

Für allfällige Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Julia Meyer
Beauftragte Mundgesundheit
Meyerstrasse 20
6002 Luzern
041 228 66 09
julia.meyer@lu.ch

Vielen Dank für die Kenntnisnahme!



Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Gesundheit und Sport
Meyerstrasse 20
6002 Luzern

gesundheit@lu.ch
Telefon +41 41 228 60 90