



Apropos Kaugummi ...

Liebe Eltern,

Kinder lieben Kaugummikauen! Sobald sie dazu zuverlässig in der Lage sind und die Kaugummis nicht mehr verschlucken, spricht viel dafür, diesen Wunsch zu unterstützen. Wichtig ist, den Kindern von Anfang an nur zuckerfreie Zahnpflegekaugummis zur Verfügung zu stellen. Gerade nach einer Zwischenmahlzeit unterwegs sind zuckerfreie Zahnpflegekaugummis ideal, um Kinderzähne vor Karies zu schützen. Aber bitte beachten: Kaugummis ersetzen nicht das regelmäßige Zähneputzen mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta!

Warum sind Zahnpflegekaugummis gut für die Zähne?

Durch Essen und Trinken wird in der Regel der Säurewert im Mund erhöht. Die Zähne sind dann besonders anfällig für Karies. Das Kauen eines Zahnpflegekaugummis regt nun den Speichelfluss an: Schon nach fünf Minuten ist die Speichelmenge um das zehnfache gestiegen! Ein erhöhter Speichelfluss sorgt dafür, dass der pH-Wert im Mund schneller aus dem sauren, zahnschädigenden Bereich in den neutralen Bereich zurückkehrt. Der Speichel härtet außerdem den Zahnschmelz und macht ihn widerstandsfähiger gegen Kariesbakterien.

Was ist Xylit?

Bei Zahnpflegekaugummis wird häufig auf den Wirkstoff Xylit hingewiesen. Xylit ist ein natürlicher Zuckeraustauschstoff, der unter anderem aus Birkenrinde gewonnen wird. Interessant ist die Wirkung von Xylit auf die Zähne. Studien zeigen, dass der sogenannte „Birkenzucker“ wirksam dabei helfen kann, Zahnbelag, Zahnstein und Karies vorzubeugen.

Kaugummikauen nach dem Essen ritualisieren

Die LAGZ rät: Für unterwegs, wenn nach dem Essen keine Zähne geputzt werden können, immer einen Zahnpflegekaugummi dabei haben. Je regelmäßiger dies geschieht, umso leichter gewöhnen sich die Kinder daran.

Sie haben Fragen zur Zahngesundheit Ihres Kindes?

Ihr LAGZ-Zahnarzt gibt Ihnen gerne Auskunft. Seine Telefonnummer erhalten Sie von der LAGZ-Geschäftsstelle unter der 089/7233981. Tipps geben auch unsere weiteren Elternbriefe oder die Homepage der LAGZ www.lagz.de

Herzlichst Ihre

Dr. Brigitte Hermann
Vorsitzende der LAGZ

