

ZAHNWECHSEL

Wenn die Zweiten kommen



Die mittleren Schneidezähne fallen in der Regel als erstes aus – meist, wenn die Kinder 6- bis 8-jährig sind. (Foto: iStock)

Einmal im Leben gibt's einen Satz neue Zähne: Der Wechsel von den Milchzähnen zum bleibenden Gebiss erfolgt während mehreren Jahren – so ist garantiert, dass die Kinder immer gut kauen können.

«Schau mal, wie der wackelt.» Voller stolz zeigt eine Sechsjährige ihren frisch wackelnden Zahn jedem, der ihn sehen will – und auch allen anderen. Ein Wackelzahn ist für jedes Kind aufregend, erst recht, wenn dieser schliesslich ausfällt. Spätestens jetzt ist klar: Der Zahnwechsel ist in vollem Gange.

Unauffällige Vorboten

Die ersten bleibenden Zähne brechen allerdings durch, bevor der erste Zahn wackelt – oft unbemerkt von Kindern und Eltern. Die sogenannten

>> Fortsetzung auf Seite 2

> 90'000 In der Schweiz werden jährlich rund 90'000 Zahnimplantate gesetzt, die Hälfte davon füllen Einzelzahnlücken. Ein Implantat ersetzt die Zahnwurzel: Eine Schraube wird in den Kieferknochen eingesetzt und dient als künstlicher Pfeiler für den Zahnersatz. Wichtigster Vorteil eines Implantats gegenüber einer Zahnbrücke: Es füllt eine Zahnlücke, ohne dass die Nachbarzähne bearbeitet werden müssen.

Sechsjahrmolaren stossen hinter den letzten Milch-Backenzähnen durch, bei den meisten Kindern im sechsten Lebensjahr. Damit diese bleibenden Molaren von Anfang an richtig geputzt und gepflegt werden können, sollten Eltern von Kindergartenkindern regelmässig überprüfen, ob sie schon durchgestossen sind.

Das Wechselgebiss

Die bleibenden Zähne sind schon bei der Geburt angelegt und entwickeln sich im Kieferknochen. Bevor die Zähne sich durch das Zahnfleisch schieben, können Zahnärztinnen und Zahnärzte sie auf Röntgenbildern bereits sehen. Ist die Zahnkrone der bleibenden Zähne vollständig ausgebildet (mineralisiert), beginnen Zellen, die Wurzeln der Milchzähne abzubauen. Die Milchzahnwurzeln werden immer kürzer, die bleibenden Zähne immer länger. Die Milchzähne werden locker und beginnen, herauszufallen. Wenn ein Milchzahn herausfällt, hat das Kind nur noch die Zahnkrone in der Hand – die Wurzel hat sich vollständig aufgelöst.

Die zwanzig Milchzähne fallen meist in der Reihenfolge aus, wie sie durchgestossen sind – wann genau, ist von Kind

zu Kind verschieden. Zwischen dem 6. und 9. Lebensjahr fallen in der Regel zuerst die Schneidezähne unten und dann oben in der Mitte aus. Die ersten bleibenden Zähne wirken neben den kleinen Milchzähnen oft riesig und überdimensional. Sobald aber der Kiefer und der Kopf wachsen, normalisiert sich dieses Bild. In einer zweiten Zahnwechselphase, rund zwei Jahre nach der Ersten, erfolgt der Wechsel der kleinen Backenzähne und der Eckzähne. Die zweiten grossen Backenzähne schliessen den Zahnwechsel bei 11- bis 14-Jährigen ab.

Wichtige Platzhalter

Normalerweise bleiben die Milchzähne im Kiefer, bis der bleibende Zahn die Milchzahnwurzel abbaut und die Krone des Milchzahns herausstösst. Bei vorzeitig fehlenden Milchzähnen können sich die Nachbarzähne in die Lücke neigen und Zahnfehlstellungen verursachen. Die Milchzähne sind wichtige Platzhalter und müssen genauso gut gepflegt werden wie die bleibenden Zähne.

Nicht immer fallen Milchzähne von selbst aus, zum Beispiel, wenn ein bleibender Zahn darunter gar nicht angelegt ist und die Milchzahnwurzel nicht auflöst. Manchmal lösen sich die Milchzahnwurzeln auch nicht vollständig auf, weil der Milchzahn beschädigt ist, beispielsweise durch Karies. Dann blockieren die Milchzahnreste den Durchbruch des bleibenden Zahns.

FORSCHUNG

Wenn Zahnbelag zum Glücksfall wird

Die Analyse von Neandertaler-Zähnen malt ein genaueres Bild der Lebensweise unserer Vorfahren.

Was wir unserer Gesundheit zuliebe unbedingt vermeiden sollten, hat sich bei einem Neandertaler im heutigen Spanien als Glücksfall für die Forschung erwiesen: Zahnbelag. Die Plaque hielt die DNA von Mikroorganismen und Essensresten über Jahrtausende unter Verschluss. Australische Forscher analysierten die DNA dieser Stoffe und stellten fest: Er verwendete Schmerzmittel und vielleicht gar Antibiotika, um seinen Zahnabszess zu behandeln. Seine Plaque und jene von drei weiteren Artgenossen offenbarte weiter: Neandertaler ernährten sich vielseitiger als bisher angenommen. Neben Nashörnern und Schafen waren auch Pilze, Moos und Pinienkerne auf dem Speiseplan.



Ihr Zahnbelag verrät: Die Neandertaler ernährten sich vielseitiger als bisher angenommen.

(Foto: Fotolia)

Den Forschern gelang es zudem, das Erbgut eines Mikroorganismus zu entschlüsseln, der heute mit Zahnfleischerkrankungen in Verbindung gebracht wird. Dieser Erreger kann aber erst für die Zeit nachgewiesen werden, nachdem sich die Stammbäume des Neandertalers und des modernen Menschen getrennt haben. Dies deutet darauf hin, dass der Erreger zwischen den beiden Menschenarten übertragen worden ist. «Wenn zwischen Spezies Speichel ausgetauscht wurde, gab's Küsse, oder zumindest wurde Essen geteilt,» erklärte die Co-Studienleiterin gegenüber dem Magazin «Nature».



«Zahnböxli» gratis in der Drogerie oder Apotheke

Wohin mit den ausgefallenen Milchzähnen? Damit der Zahn nicht verloren geht, geben die Deutschschweizer Drogerien und Apotheken von August bis Ende Oktober gratis Zahnböxli ab. Den Gutschein für das Zahnböxli können Eltern und Kinder ab dem 1. August 2017 auf vitagate.ch herunterladen.

Mit dieser Aktion wollen der Schweizerische Drogistenverband, die Dr. Wild & Co. AG, der Schweizerische Apothekenverband pharmaSuisse sowie die Stiftung für Schulzahnpflege-InstruktorInnen Eltern und Kinder für die Pflege der (Milch-)Zähne sensibilisieren. Eine gute Mundhygiene ist bereits für die Milchzähne zentral – denn diese bilden das Fundament für ein gesundes Gebiss und eine normale Sprachentwicklung.





ZAHNBEHANDLUNG

Passend gefüllt

«Löcher» in den Zähnen sind weder ansehnlich noch gesund. Um die erkrankten Zähne zu versorgen, können Patienten zwischen verschiedenen Füllmaterialien wählen.

Ob Komposit, Keramik, Amalgam oder Gold – jede Zahnfüllung hat Vor- und Nachteile.

Ein Loch im Zahn stopfen, um Schmerzen zu lindern – dies haben bereits die Steinzeitmenschen versucht. Archäologische Funde deuten darauf hin, dass sie ihre erkrankten Zähne mit Bienenwachs gefüllt haben. Später haben Menschen ihre Zähne mit Blei (lateinisch: Plumbum) gefüllt – daher stammt der umgangssprachliche Ausdruck «Plombe». Heute verfügen Zahnärztinnen und Zahnärzte über verschiedene Füllmaterialien mit unterschiedlichen Eigenschaften. Je nach Ausmass und Lage der Zahnerkrankung eignet sich das eine besser als das andere.

Reparatur ist notwendig

Ein kranker Zahn heilt nicht von alleine. Wenn Karies einen Zahn zerstört, muss die Zahnärztin oder der Zahnarzt ihn reparieren. Dank Zahnfüllungen können wir wieder gut kauen – und die Zähne sehen auch wieder ansprechend aus. Damit eine Füllung hält, präpariert der Zahnarzt den Zahn mit dem Bohrer so, dass die Füllung nicht herausfallen kann. Oder er verwendet ein Material, das an der Zahnschicht klebt – so opfert er kein gesundes Zahnmaterial.

Bevor der Zahnarzt den Zahn füllt, muss er die Kariesbakterien restlos entfernen, damit sie den Zahn nicht weiter schädigen. Ist das Loch gereinigt und desinfiziert, kann der Zahnarzt es auf zwei unterschiedliche Weisen füllen: Entweder, er füllt das Loch mit einem weichen, pastenartigen Material, das dann aushärtet, oder er macht einen Abdruck des ausgebohrten Loches. Damit stellt der Zahntechniker anschlies-

Minimalinvasive Zahnmedizin

Heute versuchen Zahnärztinnen und Zahnärzte von einem erkrankten Zahn nur soviel Material zu entfernen, wie unbedingt nötig. Ihr Ziel dabei: Die natürliche Zahnschicht so lange wie möglich erhalten. Die natürlichen Zähne sind die besten – es lohnt sich, dieses kostbare Gut sorgfältig zu pflegen.

send eine passgenaue Einlagefüllung her, die später eingesetzt wird.

Komposit

Komposit ist eine Mischung aus Kunststoff, Glas- und Quarzteilchen. Es ist zahnfarben und gut verträglich. Komposite sind zunächst weich und können so in das vorbereitete Loch gefüllt werden. Danach werden sie mit Blaulicht ausgehärtet. Eine Kompositfüllung ist aufwändig und schrumpft beim Härten leicht – für grössere Reparaturen eignet sie sich nicht. Zudem ist sie weniger belastbar als andere Füllungen. Kunststofffüllungen werden adhäsiv befestigt (geklebt), was sehr schonend für die Zahnschicht ist.

Keramik

Optisch ähnelt Keramik der natürlichen Zahnschicht – und wird daher vor allem für Zähne im sichtbaren Bereich genutzt. Keramik ist gut verträglich und beständiger als Komposit. Für Personen, die oft mit den Zähnen knir-

Die natürlichen Zähne sind die besten – es lohnt sich, sie sorgfältig zu pflegen. (Foto: iStock)

>> Fortsetzung auf Seite 4

Impfstoff gegen Parodontitis

Australische Forscher haben einen Impfstoff entwickelt, der Parodontitis eindämmen soll. Der Impfstoff eignet sich hauptsächlich für bereits betroffene Patienten: Die Impfung hilft Antikörper zu bilden, die verhindern, dass sich die Bakterien an das Zahnfleisch ansiedeln und dort wieder vermehren. Nächstes Jahr gibt es eine klinische Testreihe an Patienten.

Tintenfischzähne

Die Zähne von Tintenfischen wachsen ein Leben lang nach und heilen sich selbst. Verantwortlich für die Selbstheilung ist ein Protein in den Zähnen, wie Forscher der Penn State University herausgefunden haben. Den Forschern ist es gelungen, das Protein künstlich herzustellen. Voraussichtlich wird es in der Medizin für Wundheilungsprozesse eingesetzt werden.

Plaque verursacht Mundgeruch

Plaque, ein klebriger Belag auf den Zähnen, bildet geruchsintensive Schwefelverbindungen und kann eine Ursache für unangenehmen Mundgeruch sein. Gründliches Zähneputzen entfernt Plaque – und beugt Mundgeruch vor.

Tipp für den Notfall

Zahn-Notfälle können auch eintreten, wenn die Praxis Ihres Zahnarztes geschlossen ist. Für diesen Fall finden Sie auf der Internetseite www.sso.ch unter der Rubrik «Notfälle» die Nummer Ihres regionalen Notfalldienstes. Unser Tipp: Speichern Sie die entsprechende Notfallnummer in Ihren Handy-Kontakten – so sind Sie bei einem Zahn-Notfall gewappnet!

DH: Mindestens jährlich

Auch wer seine Zähne noch so gründlich putzt – nicht alle Ablagerungen lassen sich entfernen. Mindestens einmal im Jahr sollte ein Profi ran: Mit Ultraschall, speziellen Schabern oder Pulverstrahlreiniger reinigt die Dentalhygienikerin die Zähne sauber und glatt.

Mehr zu diesen Themen:

www.sso.ch

>> Fortsetzung von Seite 3

schen, eignet sich Keramik nicht für die Kauflächen; das Material ist eher spröde und könnte brechen.

Eine Sonderform zur Herstellung von Keramik-Füllungen ist das computergestützte CAD/CAM. Die Zahnärztin oder der Zahnarzt macht mit einer speziellen Kamera eine digitale Aufnahme des Zahns. Mit Hilfe des Computers berechnet sie oder er Form und Volumen der Füllung und fertigt diese mit einer angeschlossenen Schleifmaschine sogleich an.

Amalgam

Das silberfarbene Amalgam war das weltweit meistgenutzte Material für Zahnfüllungen: Es ist stabil und hält lange, ist vom Zahnarzt leicht zu formen und vergleichsweise preiswert. Trotz all dieser Vorteile ist Amalgam in Verruf geraten, weil es Quecksilber enthält – in der Schweiz wird es kaum noch verwen-

det. Wer noch Amalgam-Füllungen hat, kann diese belassen – solange die Qualität ausreichend ist.

Gold

An den hinteren Backenzähnen haben sich Goldlegierungen seit Jahrzehnten bewährt – reines Gold ist als Zahnfüllung zu weich. Das Zahngold wird vom Körper gut akzeptiert, ist stabil und fast so belastbar wie der natürliche Zahn. Zudem lässt sich eine Goldfüllung so präzise einsetzen, dass keine Bakterien zwischen Zahn und Füllung eindringen können. Die Nachteile: Goldlegierungen sind aufwändig, kosten mehr als andere Füllmaterialien und fallen farblich auf. Goldlegierungen dienen heute kaum noch als Füllmaterial.

Mehr Informationen zu Füllungsmaterialien finden Sie auf: www.sso.ch > Patienten > Behandlungsmethoden > Zahnfüllungen

CARTOON

