

GESUNDE ZÄHNE

NEWSLETTER

Ausgabe 9 | April 2011

Babys erster Zahn

Schon vor der Geburt haben Babys Zähne. Im Kiefer versteckt, warten **20 Milchzähne** dicht gedrängt auf ihren Durchbruch. Auch einige bleibende Zähne, die erst vom 6. bis 12. Lebensjahr an durchbrechen, sind schon vor der Geburt angelegt. Um den sechsten Lebensmonat herum bekommen Babys im Schnitt ihren ersten sichtbaren Zahn - meist übrigens im Unterkiefer. Es ist aber nicht ungewöhnlich, wenn es schon mit zwölf Wochen oder auch erst mit einem Jahr soweit ist. Ist der erste Zahn durchgebrochen, kommt jeden Monat ein Neuer hinzu. Das Durchschnittsbaby lächelt mit einem Jahr also mit sechs Zähnen.

Es kann zwar sein, dass der **Durchbruch des ersten Zahnes** plötzlich und unerwartet geschieht - doch öfter bekommt man aufregende Berichte von durchwachten Nächten und einem, von Schmerzen geplagtem, Kind zu hören. Bereits das sogenannte Einschließen der Zähne, was sich schon ab dem dritten Lebensmonat ereignen kann, macht sich bei einigen der Kleinen unangenehm bemerkbar.

Es gibt Babys, die "in einem Rutsch" zahnern. Sie haben eine begrenzte Zeit lang die oben erwähnten Beschwerden und schon bald kann man das erste Weiß in ihrem Mund blitzen sehen. Viele Babys dagegen zahnern in Wellen. Die eine Woche schlafen sie kaum durch, sind tagsüber quengelig und weinen bereits, wenn Mama nur durch die Tür ins Nachbarzimmer geht - dann scheinen sie sich wieder zu stabilisieren, um nach einer kurzen Auszeit wieder heftig weiter zu zahnern. Wie so oft im Zusammenleben mit Babys müssen sich Eltern mit Geduld und Nachsicht wappnen, was nach unruhigen Nächten nicht so einfach ist.

Zahnende Kinder haben meistens starken Durst. Ein kühler Schluck Tee oder Wasser kommt dann gerade recht. Seit Jahren warnen aber Zahn- und Kinderärzte davor, gezuckerte Getränke dem Baby im Fläschchen zu überlassen. Denn Dauernuckeln solcher Flüssigkeiten kann rasch zu Karies führen, da die noch jungen Zähne permanent von Zucker umspült werden. Mit Vorsicht sind auch Obstsaften zu genießen. Fruchtsäuren können den Zahnschmelz stark angreifen. Gut ist es daher, wenn Mama und Papa das Trinkverhalten ihres Lieblings im Auge haben und es nicht mit dem Fläschchen unbeobachtet vor sich hinnuckeln lassen. Ärzte empfehlen, Kinder bis zum Ende des ersten Lebensjahres daran zu gewöhnen, aus einer speziellen Trinklerntasse zu trinken, um unliebsamer Karies zu entgehen.

Beißringe

Beim Zahnern haben sich auch Beißringe in allen möglichen Ausführungen bewährt. Man sollte jedoch darauf achten, dass sie keine Weichmacher (Phthalate oder PVC) enthalten, denn diese können für das Baby schädlich sein. Polyethylen (PE) oder Polypropylen (PP) sind dagegen unbedenklich. Es gibt auch spezielle Beißringe, die im Kühlschrank gekühlt werden können, was vielen Babys beim Zahnern Linderung bringt. Bitte die Ringe aber nie ins Gefrierfach legen, sie werden sonst zu kalt. Eiswürfel sind für empfindliche Babymäuler nicht geeignet!