

## **Informationen zur Schulzahnpflege**

### **Schulzahnarzt**

1. Ziel der Schulzahnpflege ist, das Milchgebiss, die bleibenden Zähne und das Zahnfleisch der Schüler und Schülerinnen gesund zu erhalten und, sofern nötig, zahnärztlich zu versorgen.
2. Die Schulzahnpflege umfasst neben den prophylaktischen Massnahmen in der Schule jedes Jahr eine zahnärztliche Untersuchung.
3. Die Prophylaxe in der Schule wird nach Weisung des kantonalen Schulzahnarztes im Auftrag der Schulbehörde durchgeführt.
4. Die Schule gewährt folgende Leistungen:
  - prophylaktische Massnahmen in der Schule
  - Übernahme der Kosten für die jährliche Untersuchung beim Zahnarzt

### **Untersuch und Behandlung**

5. Die Administration und Überwachung des jährlichen, zahnärztlichen Untersuchs erfolgen durch die Schulverwaltung.
6. Jedes Schulkind erhält im ersten Quartal des Schuljahres einen Gutschein für einen **Grunduntersuch** bei einem eidg. diplomierten Zahnmediziner nach Wahl. Weitergehende Behandlungen sind Sache des Zahnarztes und der Eltern. Die Schule übernimmt keine weiteren Kosten.
7. Zahnbehandlungen müssen möglichst ausserhalb der Schulzeit erfolgen.

## **Drei Grundregeln zur Gesunderhaltung der Zähne und des Zahnfleisches**

### **Ernährung**

Zuckerhaltige und gesüsste Speisen nur zu den Hauptmahlzeiten essen! Als Zwischenmahlzeiten eignen sich Frischobst, Rüebl, Kohlrabi, Tomaten, Käse- oder Butterbrot, zuckerfreie Biskuits, Nüsse und Milch. Honig- und Konfitüren Brote, Feingebäcke sowie Bananen und Dörrfrüchte sind zu vermeiden. Möglichst wenig Zwischenmahlzeiten, keine Bonbons und Schleckwaren; überhaupt nichts zuckerhaltiges zwischen den Mahlzeiten.

### **Zahnreinigung**

Zähne möglichst nach jedem Essen bürsten, immer aber nach Süss- und Mehlspeisen. Die Kariessäuren, in der Tiefe der Beläge aus Zucker gebildet, greifen den Zahn bereits 5 Minuten nach Beginn der Nahrungsaufnahme an.

Zahnbürstenwahl: Für Kleinkinder weiche Bürsten, ab erster Primarklasse mittelhart. Zahnbürsten alle ein bis zwei Monate wechseln.

### **Hemmung der Karies durch Fluor**

#### Innerliche Fluorverabreichungen:

- Fluoridiertes Kochsalz, eventuell kombiniert mit Fluortabletten zum Lutschen auf ärztliche oder zahnärztliche Verordnung.

#### Äusserliche Fluoranwendung (zusammen mit den obgenannten innerlichen Fluoreinnahmen):

- Zähne bürsten mit wirksamen Fluorzahnpasten (Kleinkindern bis 5jährig, welche die Paste verschlucken können, nur Kinderzahnpasten geben).
- Ab dem 6. Lebensjahr 1x wöchentlich abends ein Fluorgelee einbürsten oder täglich eine Fluorspüllösung abends verwenden.