



## PRESSEMITTEILUNG

### Zum Tag der Zahngesundheit 2012

## Süßes und Saures sind Gift für Kinderzähne

**Kinderzahnärzte werben für gesunde Ernährung und Mundpflege von Anfang an / keine zuckerhaltigen und saure Getränke in Nuckel- oder Trinkflaschen / jeden Tag eine „bunte Tüte“ Obst und Gemüse der Saison essen**

(bg) Oldenburg, 24.09.12 Zum „Tag der Zahngesundheit“ am Dienstag (25. September) wirbt der Bundesverband der Kinderzahnärzte (BuKiZ) für eine gesunde Ernährung von Kindergarten- und Schulkindern. Das diesjährige Motto „Mehr Genuss mit 65 plus!“ ist für die Kinderzahnärzte willkommener Anlass, um auf die zahnärztliche Prophylaxe vom ersten Zahn an aufmerksam zu machen und vor zuckerhaltigen, aber auch sauren Getränken zu warnen: „Starke Kinder – starke Zähne ein Leben lang“, ist der Leitgedanke der BuKiZ-Praxen, die für den 25. September attraktive Aktionen für kleine und große Besucher vorbereitet haben.

### Süßes und Saures schadet Kinderzähnen

„Cola und Limonaden, Fruchtsaftschorlen, aber auch die mit Fruchtaromen, Fruchtsäure und viel Süßstoff angereicherten stillen Wasser gehören weder in die Trinkflasche für den Kindergarten oder die Schule noch auf den Esstisch“, sagt BuKiZ-Präsidentin drs. Johanna Maria Kant. Die Oldenburger Kinderzahnärztin erinnert daran, dass bis zu 15 Prozent oder 70.000 Kleinkinder pro Geburtsjahrgang in Deutschland an schweren Zahnproblemen leiden, die zumeist auf falsche Ernährung, insbesondere auf den Dauerkonsum gesüßter Getränke zurück zu führen sind.

„Unser Rezept für lebenslang gesunde Zähne lautet: die richtige Zahnpflege mit fluoridhaltiger Zahnpasta\*, die konsequente Kariesprophylaxe für die ganze Familie, der Verzicht auf Nuckelflaschen und gesüßte Getränke. Bis zu einem Alter von ca. acht Jahren wird von den Eltern geputzt, Kindergarten- und Grundschulkindergarten putzen unter Anleitung der Eltern“, betont Kant. Säure in Fruchtsäften und Schorlen greift die Milchzähne an. Deshalb bittet die BuKiZ-Präsidentin alle Eltern: „Stellen Sie zu jeder Mahlzeit eine dekorative Glaskaraffe mit frischem Wasser auf den Tisch und bieten Sie ungesüßte Früchte- und Kräutertees – keine Instantprodukte – im Becher an. Gewöhnen Sie Ihre Kinder erst gar nicht an süße und saure Getränke.“

### Jeden Tag eine gesunde „bunte Tüte“

Um den gesamten Organismus von Kindern und Heranwachsenden gesund und widerstandsfähig zu erhalten, werben die Kinderzahnärzte außerdem für die tägliche „bunte Tüte“: In Stifte geschnittene Kohlrabi und Möhren, Gurkenscheiben, Cocktailtomaten, Salatblätter und regionales Saisonobst wie Äpfel und Birnen, Erdbeeren, Kirschen, Pflaumen sind eine gute Ergänzung für Vollkornbrote mit Kräuterquark und unterschiedlichen Käsesorten – nicht nur in den Brotboxen für Schule und Kindergarten sondern auch zu Hause.

\* 500 ppm bis zum sechsten Geburtstag, danach 1.450 ppm

Beim BuKiZ-Kunstwettbewerb zum Zahngesundheitstag 2012 geht es auch um gesunde Ernährung: Der Marktstand von Bio-Bauer Emil ist noch ganz leer und wartete darauf, mit vielen Gemüse-, Obst- und Kräutersorten bestückt zu werden, damit Laura und Lennart ihre bunten Tüten füllen können.

### **Kinderzahnärzte garantieren unbeschwertes Lachen**

„Wir Kinderzahnärzte sorgen dafür, dass Kindern das Lachen nicht vergeht“, betont BuKiZ-Präsidentin Kant. Sie empfiehlt Eltern, das erste Mal vorbeizuschauen, sobald der erste Zahn da ist, allerspätestens rund um den ersten Geburtstag und dann halbjährlich zur kostenfreien Kontrolle und Prophylaxe zu gehen. Kinderzahnärzte sorgen mit einem vielfältigen Konzept für eine erfolgreiche Behandlung auch sehr ängstlicher Kinder und von Menschen mit Handicap.

**Pressekontakt/Interviewanfragen:** drs. Johanna Maria Kant, mobil 0163-2056688.

**Zusätzliche Informationen zum BuKiZ, den Mitgliedspraxen und zum Kunstwettbewerb „Bunte Tüte“:** [www.kinderzahnaerzte.de](http://www.kinderzahnaerzte.de) → „Aktionen“ und „Presse“

**Informationen zum Tag der Zahngesundheit:** [www.tagderzahngesundheit.de](http://www.tagderzahngesundheit.de)