



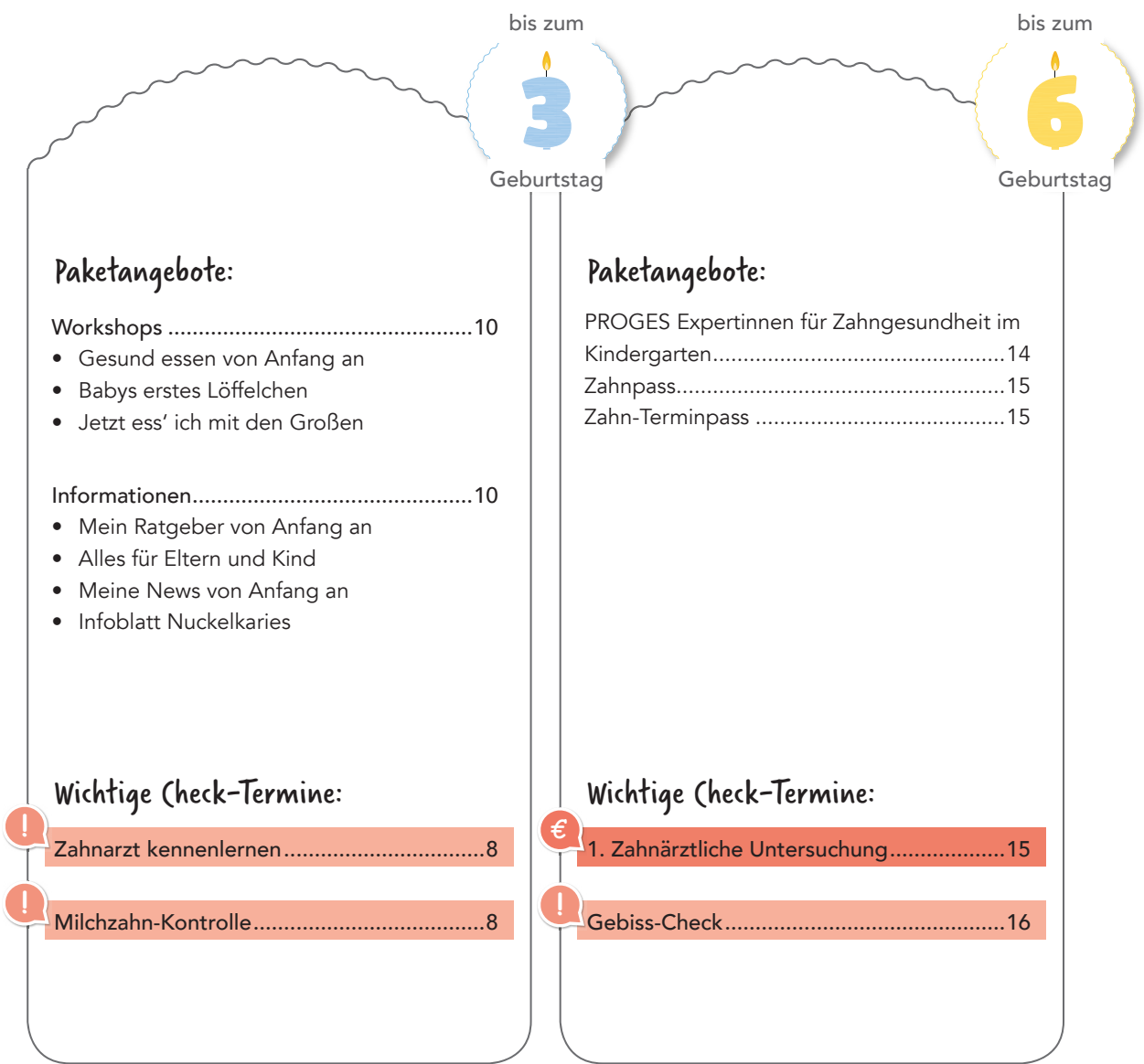
Lückenlos gut versorgt

Das neue Kinder-Zahnpaket

Damit öö gut lachen hat!

AUF EINEN BLICK: ALLES FÜRS KIND!

Alles, was Eltern für gesunde Zähne ihrer Kinder brauchen, liefert ihnen unser gemeinsames Kinderzahn-Paket. Diese Grafik hilft Ihnen als Paket-Partner, den Eltern die Leistungspalette zu erklären. In jeder Altersstufe gibt es **Paketangebote** (optional nutzbar bzw. standardmäßig in OÖ erbracht) und wichtige **Check-Termine** (kostenlos, aber von den Eltern selbst zu vereinbaren).



WICHTIGER CHECK-TERMIN

Eltern müssen sich **aktiv** darum kümmern



FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG

Mit dem Eurobutton gekennzeichnete Termine müssen alle Eltern selbst bei ihrem Zahnarzt vereinbaren. Nur dann bekommen sie eine finanzielle Unterstützung.



OPTIMAL GESUNDE ZÄHNE

Mit dem Rufzeichen gekennzeichnete Termine sollten alle Eltern unbedingt wahrnehmen! Damit ihr Kind auch später gut lachen hat.

bis zum

10

Geburtstag

bis zum

14

Geburtstag

Paketangebote:

PROGES Expertinnen für Zahngesundheit in Volksschulen.....19

Poster:

3 Goldene Regeln18

Wichtige Check-Termine:



2. Zahnärztliche Untersuchung.....19



Kiefer-Check16

Paketangebote:

Gratis Mundhygiene.....22

Erhöhtes Kariesrisiko? (Zahnpass)22

Poster:

Die Kai-Methode23

Wichtiger Check-Termin:



Gratis Mundhygiene22



Hier kommt nur das Beste rein!





AUCH HIER SOLL OÖ SPITZE SEIN!

Unser Weg zur Nr. 1 bei gesunden Kinderzähnen

Laut aktuellem WHO-Ziel sollten 80 Prozent der Sechsjährigen kariesfrei sein. Um diesen Wert zu erreichen, schärfen Land OÖ, ÖGK, Landes Zahnärztekammer für OÖ und PROGES ihre gemeinsame Zahngesundheitsstrategie nach. 2019 hat Oberösterreich ein neues Kinderzahn-Paket initiiert: Kostenlos und prall gefüllt mit modernen Zahnleistungen für Kids, Unterstützung für Eltern sowie Medienangeboten für alle.

Beim Kinder-Zahnpaket geht es um weit mehr als WHO-Statistiken. Wir wollen, dass jedes Kind in Oberösterreich gesunde Zähne hat und strahlend lachen kann. Dafür lohnt es sich, gemeinsam und aktiv zu arbeiten. Schon jetzt leistet die Allianz von ÖGK, Land OÖ, Zahnärzten und PROGES sehr viel für gesündere Kinderzähne: Eine engmaschige zahnmedizinische Vorsorge und Betreuung von Kindern mit hohem Kariesrisiko (www.gesundheitskasse.at/zahnpass), Besuche durch PROGES Expertinnen für Zahngesundheit an Kindergärten und Schulen, zahlreiche Workshops, Kurse und Programme für Schwangere und Eltern sowie Ratgeber und Newsletter.

Die Maßnahmen wirken. Oberösterreich liegt bei der Kinderzahngesundheit im Bundesländervergleich nicht schlecht – aber es ist noch „Luft nach oben“. Und diesen Weg an die Spitze sollten wir alle gemeinsam gehen: Als Eltern, als Zahnärzte, als Pädagogen, als Gesundheitspolitik, als Sozialversicherung. Nur wenn wir gemeinsam auf alle Kinder achten, werden sie uns mit einem Lachen belohnen.

Auf geht's!



WICHTIGE TIPPS



Vorher zum Zahnarzt: Noch vor der Schwangerschaft ist eine Zahnuntersuchung wichtig. So können etwa Röntgenuntersuchungen während der Schwangerschaft vermieden werden.



Zahnfleisch beobachten: Die hormonelle Umstellung während der Schwangerschaft kann vermehrt Zahnfleischentzündungen auslösen, die sogar vorzeitige Wehen verursachen können.



Gründliche Zahnpflege: Auch wenn das Zahnfleisch empfindlich ist und leicht zu bluten beginnt: Die Pflege der Zähne und Zahnzwischenräume sollte umso gewissenhafter durchgeführt werden.



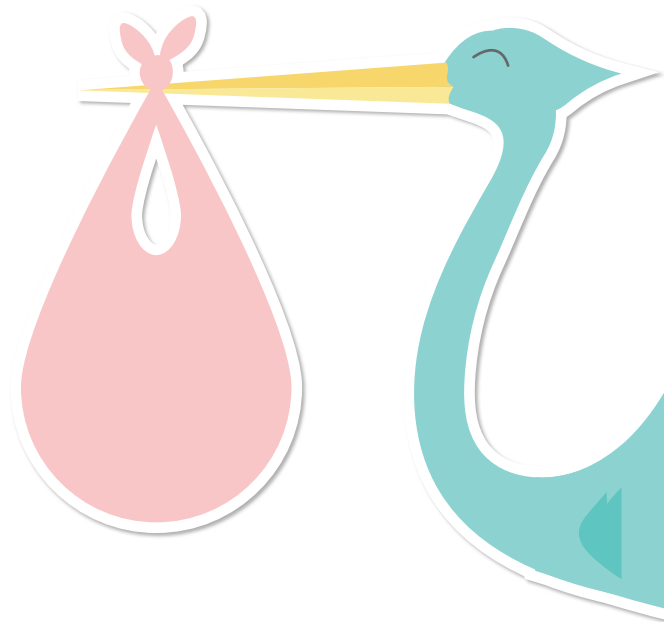
Fluoride zuführen: Ab der siebenten Schwangerschaftswoche bilden sich im Ungeborenen bereits die Zähne aus.

IN DER SCHWANGERSCHAFT

MAMAS GESUNDE ZÄHNE SCHÜTZEN DAS BABY!

Krankes Zahnfleisch – vorzeitige Wehen

Ärzte haben vor einigen Jahren einen bemerkenswerten Zusammenhang entdeckt: Massive Entzündungen des Zahnfleisches während der Schwangerschaft können vorzeitige Wehen oder Frühgeburten auslösen. Ursache sind Botenstoffe, die durch Entzündungen ins Blut der Mutter gelangen und den Geburtsprozess frühzeitig anstoßen. Umso wichtiger: Bereits vor der geplanten Schwangerschaft sollten Frauen auf eine ausreichende Pflege ihrer Zähne und des Zahnfleisches achten. Oberösterreichs Zahnärzte stehen gerne mit Rat, Tat und Profitipps zur Seite. Besonders in der Schwangerschaft bewirkt die hormonelle Umstellung im Körper eine Auflockerung des Zahnfleisches. Entzündungen sind dann wahrscheinlicher. Die Mutter bemerkt zunächst vermehrtes Zahnfleischbluten und Schmerzen. Eine ungenügende Zahnpflege begünstigt die weitere Erkrankung. Gewiss: Frühgeburten haben viele weitere Ursachen abseits des Zahnfleisches. Eine ungesunde Lebensweise, Alkoholgenuss und Rauchen sind allseits bekannte Risiken. Ein „stilles“ Risiko für frühzeitige Wehen geht aber vom schlechten Zahnfleisch aus. Die Partner des „OÖ Kinderzahn-Pakets“ wollen hier besondere Aufklärung leisten.



TIPP:

Zögern Sie nicht, auch bei leichten Beschwerden, Ihren Zahnarzt zu besuchen.



WICHTIGE TIPPS:



Vorzug fürs Stillen: Muttermilch ist eine ideale Ernährung für Babys. Sofern keine Probleme bestehen – etwa zu wenig Milch – sollte eine junge Mutter ihr Neugeborenes stillen.



Für den ersten Zahn: Viel elterliche Zuwendung und ein Beißring – diese „Geheimwaffen“ lindern mögliche Schmerzen beim Kind am wirksamsten.



Putzen: Ab dem ersten durchbrechenden Milchzahn sollten die Eltern bereits regelmäßig die Zähne des Kindes putzen.



Zucker vermeiden: Das dauernde Nuckeln an der mit zuckerhaltigen Getränken gefüllten Babyflasche muss unbedingt vermieden werden.



Kariesbakterien nicht übertragen: Niemals den Kinderlöffel oder Schnuller abschlecken!



Schnuller vermeiden: Der „Nucki“ sollte höchstens zum Einschlafen gegeben werden – und längstens bis zum 3. Lebensjahr.



Früh zum Zahnarzt: Der erste Zahnarztbesuch ist bereits mit 2 Jahren ratsam.





0 BIS 3 JAHRE

ERSTE ZÄHNE GUT PUTZEN!

Bakterien: Lebenslange „Gäste“ im Mund ...

Bei der Geburt ist der Mund des Kindes keimfrei. Erst später wandern unterschiedliche Bakterienstämme aus der Umgebung ein, meist übertragen durch Eltern und Geschwister. Die Mischung dieser Stämme bestimmt die Kariesanfälligkeit der Zähne – bis ins hohe Alter! Umso wichtiger: Ab dem ersten Milchzahn sofort mit der Pflege beginnen! Auch wenn die Milchzähne später ausfallen: Der „Bakterien-Mix“ der ersten Jahre bleibt ein Leben lang in unserem Mund. Muttermilch ist die beste Nahrung fürs Baby. Beim Stillen lernen Babys die notwendige Saugbewegung für einen richtigen Ablauf beim Schlucken. Das fördert die Beweglichkeit der Zunge, beugt einem Kreuzbiss vor und hält die Verbindungsröhre zwischen Rachen und Ohr offen. Dadurch werden wiederholte Mittelohrentzündungen und Nasenpolypen vermieden.

Bei der Flaschenernährung erlernt ein Baby leider einen unnatürlichen Schluckvorgang, weil es mit der Zungenspitze den Sauger abschließen muss. Alle positiven Effekte des Stillens gehen verloren. Sollte das Stillen nicht möglich sein, wird die Verwendung eines kiefergerechten Schnullers mit Loch empfohlen. Sobald das Baby normale Kost bekommt, sollten Eltern fluoridiertes Speisesalz zuführen. Fluorid schützt die Milchzähne, stärkt aber auch den Zahnschmelz der Dauerzähne.

IN ÖÖ: TOLLE PAKETANGEBOTE!

WORKSHOPS:

- Gesund essen von Anfang an
- Babys erstes Löffelchen
- Jetzt ess´ ich mit den Großen



Nähere Informationen finden Sie unter: www.gesundheitskasse.at/vonanfangan

- Infoabende in IGLU-Stellen der PROGES (Linz, Wels und Marchtrenk) rund um die Frage: Wie vermittele ich meinem Kind einen positiven Zugang zur Zahngesundheit?
- Nutzen Sie auch die Beratungen der PROGES in zahlreichen Eltern-Kind-Zentren Oberösterreichs sowie im Rahmen der Gesunden Gemeinde.

ELTERNINFORMATIONEN:

- Mein Ratgeber von Anfang an
- Alles für Eltern und Kind
- Meine News von Anfang an



Nähere Informationen finden Sie unter: www.gesundheitskasse.at/vonanfangan

... Fortbildungen durch Zahnärzte auch für andere Fachgruppen geplant sind?

... die PROGES Expertinnen für Zahngesundheit in den Mutter-Kind-Zentren IGLU für Beratungen zur Verfügung stehen?

... eine zahnmedizinische Untersuchung auch für den Mutter-Kind-Zuschuss erforderlich ist?

WUSSTEN SIE, DASS...



WICHTIGE CHECK-TERMINE



FÜR DEN BESTEN START

- **Zahnarzt kennenlernen:** Besuch des Zahnarztes mit Kind – ohne geplante Behandlung. Ein entspanntes erstes Kennenlernen baut Ängste ab und erleichtert spätere Termine.
- **Milchzahn-Kontrolle:** Die ersten Zähne fallen zwar bald aus, sind aber die Grundlage für ein gesundes Dauergebiss. Milchzähne kontrollieren und sanieren lassen. Gesunde Milchzähne begünstigen zudem die Sprachentwicklung Ihres Kindes.



NUR IN OÖ: MUTTER-KIND-ZUSCHUSS!

Im Mutter-Kind-Pass sind alle Untersuchungen vorgesehen, die Kinder vor gesundheitlichen Schäden bewahren. Weil die Gesundheit der Kinder das Wichtigste ist, hat das Land Oberösterreich einen Mutter-Kind-Zuschuss von 375 Euro pro Kind (ausbezahlt in drei Raten à 125 Euro) – beschlossen. Im Sinne der Zahngesundheit wurden zusätzlich zu den erforderlichen Untersuchungen der werdenden Mutter und des Kindes inklusive Impfungen weitere Voraussetzungen verankert. Damit soll der Wert gesunder Zähne und regelmäßiger Zahnarztbesuche für Kinder aufgezeigt werden. Der Mutter-Kind-Zuschuss muss beim Land OÖ beantragt werden. Sämtliche Formulare (für Anträge, zahnärztliche Untersuchungsbestätigungen) sind im Vorsorgeheft des Landes OÖ enthalten.

Wann beantragen?

Antrag 1. Teil: Möglich mit Vollendung des 2. Lebensjahres (24. – 36. Lebensmonat) des Kindes (bestätigter MUKI-Pass bis einschl. 22. – 26. Lebensmonat inkl. vorgesehener Impfungen). Es sind keine speziellen zahnmedizinischen Kontrolluntersuchungen vorzuweisen.

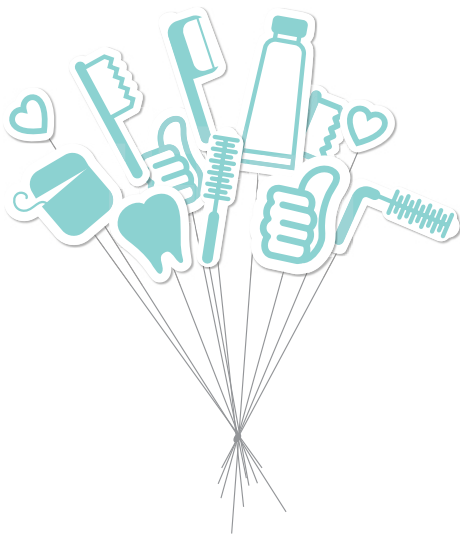
Antrag 2. Teil: Möglich nach Vollendung des 6. Lebensjahres.
Zahnmedizinisch erforderliche Bestätigung: zahnärztliche Kontrolluntersuchung über ein kariesfreies bzw. von Kariesschäden saniertes Gebiss im letzten Kindergartenjahr bzw. im 6. Lebensjahr (zwischen 5. und 6. Geburtstag / 60. bis 72. Lebensmonat und vollständig bestätigter MUKI-Pass).

Antrag 3. Teil: Möglich nach Vollendung des 9. Lebensjahres.
Zahnmedizinisch erforderliche Bestätigung: über ein kariesfreies bzw. von Kariesschäden saniertes Gebiss im 9. Lebensjahr (zwischen 8. und 9. Geburtstag / 96. bis 108. Lebensmonat und Auffrischungsimpfung DiTETPertPolio in der 3. Klasse Volksschule).

HINWEIS:

Nähere Informationen zum Vorsorgeheft des Landes OÖ finden Sie unter:
www.land-oberoesterreich.gv.at/mutter-kind-zuschuss
Info-Hotline: (+43 732) 77 20 - 149 10





WICHTIGE TIPPS:



Für die Milchzähne: Sie sind wichtige Platzhalter während des Kieferwachstums. Bitte niemals vernachlässigen, weil sie „ohnehin ausfallen“, denn: kaputte Milchzähne stören die Gebissentwicklung!



Sechserzähne: Sie sind die ersten bleibenden Zähne im Zahnbogen. Aufgrund ihrer hinteren Lage werden sie gerne übersehen. Daher bitte besonders aufmerksam reinigen!



Schnuller/Daumen: Bitte ab dem 3. Lebensjahr weglassen. Eine hartnäckige Lutschgewohnheit sollte rasch beendet werden.



ACHTUNG VORBILD!

Leben wir Erwachsene unseren Kindern eine gute Zahnpflege vor!





3 BIS 6 JAHRE

JETZT KOMMEN DIE NEUEN!

Kinder beim Zahnwechsel richtig begleiten

Viele Kinder empfinden Schmerzen, wenn ihre Milchzähne ausfallen und die bleibenden Zähne durchbrechen. Das beste Rezept dagegen ist die vermehrte Zuwendung der Familie. Der Durchbruch der bleibenden Zähne folgt meist diesem Ablauf: Den vorderen Schneidezähnen folgen die Sechserzähne, die – aufgrund ihrer Lage – besonders gefährdet sind: Sie liegen hinter den letzten Milchzähnen und werden von Eltern manchmal übersehen. Bei Kindern mit hohem Kariesrisiko sollten die Sechserzähne sofort nach dem Durchbruch vom Zahnarzt als Schutz vor Karies versiegelt werden!

Ab dem 2. Lebensjahr sollte der Zahnarztbesuch zweimal jährlich bereits selbstverständlich sein. Der Grund ist einfach: Wer (noch kleine) Zahnprobleme früh behebt, erspart dem Kind große belastende Eingriffe. Übrigens: Das Kind soll zwar durchaus selbst seine Zähne putzen dürfen, aber die gründliche Nachreinigung müssen stets Erwachsene machen – und zwar solange, bis das Kind motorisch gut entwickelt ist. Meist haben erst 10-Jährige die nötige Geschicklichkeit fürs gründliche Zähneputzen. Bei faulen oder schlampigen Putzern muss bis in die Pubertät nachkontrolliert werden – „uncool“ hin oder her ...



WUSSTEN SIE, DASS...

.... Oberösterreichs Kindergärten besonders auf die Zahngesundheit Ihrer Kinder achten? Viele sind zusätzlich im Netzwerk „Gesunder Kindergarten“ beteiligt, stellen den Kindern Wasser als Hauptgetränk bereit und fördern das Mundausspülen mit Wasser nach dem Essen.

... einmal jährlich PROGES Expertinnen für Zahngesundheit den Kindergarten besuchen? Das Land OÖ und die Krankenversicherungsträger in Oberösterreich finanzieren diese Maßnahme, damit die Kleinen schon im Kindergarten das richtige Zähneputzen erlernen. Trotzdem nicht vergessen: Auch die Eltern zu Hause sollen bis zum 10. Lebensjahr nachputzen.

... eine ausgewogene Ernährung ganz wichtig für gesunde Zähne ist? Im „Gesunden Kindergarten“ wird darauf geachtet, kauintensive zuckerfreie Lebensmittel anzubieten. Und bei der gesunden Jause bilden Milch (-Produkte) einen wichtigen Baustein, da das darin enthaltene Kalzium die Zähne und Knochen festigt.

Weitere Infos:
www.gesundes-oberoesterreich.at
> Gesunder Kindergarten

IN ÖÖ: TOLLE PAKETANGEBOTE

ZAHPASS

Kinder im Alter zwischen 5 und 14 Jahren, die ein erhöhtes Kariesrisiko aufweisen, erhalten beim Zahnarzt oder in den Zahngesundheitszentren der ÖGK einen Zahnpass. Bitte fragen Sie vorab Ihren Zahnarzt, ob er beim Projekt Zahnpass mitmacht.

Der Zahnpass enthält:

- ✓ Gutscheine im Wert von 800 Euro für spezielle Zahnbehandlungen des Kindes
- ✓ viele Informationen zur Zahngesundheit von A bis Z
- ✓ Terminplan für Zahnarzttermine
- ✓ Zahnstatus des Kindes (vom Zahnarzt ausgefüllt)

- **Zielgruppe:** Kinder zwischen 5. und 14. Geburtstag
- **Kontakt:** Zahnarzt oder Zahngesundheitszentrum (KIDZ)
- **Infos und alle teilnehmenden Zahnärzte:** www.gesundheitskasse.at/zahnpass



ZAHN-TERMINPASS

Falls kein erhöhtes Kariesrisiko festgestellt wird, erhalten die Eltern vom Zahnarzt den Zahn-Terminpass. Der Zahn-Terminpass wird bei der zahnärztlichen Untersuchung für das Vorsorgeheft (Mutter-Kind-Zuschuss des Landes ÖÖ) ausgegeben. Darin enthalten sind der Zahnstatus (vom Zahnarzt ausgefüllt), viele Tipps zur Mundgesundheit und eine Terminplanung für die nächsten Besuche.

- **Infos:** www.gesundheitskasse.at/zahnpass



WICHTIGE CHECK-TERMINE



1. ZAHNÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG

Damit Eltern den Mutter-Kind-Zuschuss des Landes ÖÖ erhalten, müssen sie auch eine zahnärztliche Kontrolluntersuchung über ein kariesfreies bzw. von Kariesschäden saniertes Gebiss im letzten Kindergartenjahr bzw. im 6. Lebensjahr (zwischen 5. und 6. Geburtstag / 60. bis 72. Lebensmonat) durchführen lassen.



GEBISS-CHECK

Entwickeln sich die Zähne meines Kindes richtig? Das kann nur der Zahnarzt beurteilen – ab dem 2. Lebensjahr, spätestens beim Ausfall der ersten Milchzähne. Vereinbaren Sie zu diesem Zeitpunkt einen ersten Gebiss-Check für Ihr Kind.

WICHTIGE TIPPS:



Zucker meiden: Kinder lieben Zucker. Aus Liebe zum Kind besser zuckerreiche Ernährung meiden. Vorsicht vor „unsichtbarem“ Zucker in Limonaden und Süßigkeiten!



Richtig Zähne putzen: Die simple Regel lautet: 2x täglich gründlich bürsten. Mama oder Papa sollten am Schluss eine Kontrollrunde mit der Bürste drehen. Unbedingt fluoridhaltige Zahnpasta verwenden.



Zahnfehlstellungen checken: Sehr wenige Kinder haben „perfekt“ gewachsene Zähne. Ob eine ernste Fehlstellung vorliegt, kann nur der Zahnarzt erkennen und behandeln.



Lutschgebiss checken: Zahnärzte können feststellen, ob ein Kind ein sogenanntes „Lutschgebiss“ hat und flache Schluckmuster zeigt.



MERKE:

Was Kinder in diesem Alter lernen, behalten sie meist ein Leben lang. Der perfekte Zeitpunkt, ihnen die Wichtigkeit des Zähneputzens zu vermitteln!



6 BIS 10 JAHRE

ICH KANN DAS SCHON SELBST!

Wie Kinder die richtige Zahnpflege erlernen

Am besten durch Expertinnen für Zahngesundheit im Kindergarten oder der Volksschule. Auch das Kinderdentalzentrum „KIDZ“ der ÖGK bietet Zahnpflege-Schulungen für Kinder an. Viele Eltern sind verwundert: „Warum müssen Experten meinem Kind das Zähneputzen lernen?“. Einfacher Grund: Richtiges Zähneputzen verlangt unseren Kindern hohe motorischen Fähigkeiten ab. In geübten Händen ist eine Handzahnbürste ein tolles Werkzeug gegen Karies. Einfacher klappt das Zähneputzen aber mit der elektrischen Zahnbürste – sowohl für die Kleinen als auch für die Eltern beim Nachputzen. Ganz gleich ob händisch oder elektrisch: Eltern haben auch hier eine Vorbildwirkung. Die Kleinen eifern uns in vielem nach – auch bei der Zahnpflege. Und gerade jetzt hat die richtige Zahnpflege große Bedeutung. Übrigens: Ab dem Volksschulalter dürfen die Kids schon die „Eltern-Zahnpasta“ mitbenutzen. Sobald die Schneide- und Sechserzähne durchbrechen, werden Gebiss- und Zahnfehlstellungen sichtbar. Zeigt das Kind falsche Schluckmuster oder ein „Lutschegebiss“ durch Schnuller oder Daumen, kann der Zahnarzt einen Besuch beim Logopäden oder Kieferorthopäden empfehlen. Viele Schäden können in diesem Alter noch leicht behoben werden.

EINFACH, ABER WIRKSAM: **3** GOLDENE REGELN

2 x täglich Zähneputzen

2 x jährlich zum Zahnarzt

1 x den Mund mit Wasser ausspülen -
nach jeder Mahlzeit!



3 Goldene Regeln
für gesunde Zähne -
ein Leben lang!



Das Kinder-Zahnpaket
ist eine Initiative von:



Österreichische
Gesundheitskasse



Landes
Zahnärzte-
kammer
Oberösterreich



WICHTIGE (CHECK-)TERMINE



MUTTER-KIND-ZUSCHUSS:

Antrag (Teil 2) abgeben

Möglich nach Vollendung des 6. Lebensjahres.

Vorbedingung: Zahnärztliche Bestätigung der Kontrolluntersuchung über ein kariesfreies bzw. von Kariesschäden saniertes Gebiss im letzten Kindergartenjahr bzw. im 6. Lebensjahr (zwischen 5. und 6. Geburtstag / 60. bis 72. Lebensmonat und vollständig bestätigter MUKI-Pass - inkl. Impfungen).



Zweite zahnärztliche Untersuchung

Für den Erhalt des dritten Mutter-Kind-Zuschusses vom Land OÖ, ist zwischen dem 8. und 9. Geburtstag eine weitere zahnärztliche Kontrolle erforderlich. Der Zahnarzt muss auch diese Untersuchung bzw. die Bestätigung über ein kariesfreies bzw. saniertes Gebiss im Vorsorgeheft bestätigen.

Antrag (Teil 3) abgeben - nach der zweiten zahnärztlichen Untersuchung

Möglich nach Vollendung des 9. Lebensjahres.

Vorbedingung: Zahnärztliche Bestätigung über ein kariesfreies bzw. von Kariesschäden saniertes Gebiss im 9. Lebensjahr (zwischen 8. und 9. Geburtstag / 96. bis 108. Lebensmonat) und Auffrischungsimpfung DiTETPertPolio in der 3. Klasse Volksschule.



Dieses Poster gibt's auch
zum Download auf:
www.gesundheitskasse.at/zahnpass



WUSSTEN
SIE, DASS...

... die PROGES Expertinnen
für Zahngesundheit auch die
Volksschulen besuchen
(2. und 4. Klasse)?

... die ÖGK
ein eigenes
Kinder-Dentalzentrum
(KIDZ) hat?



Teenager entwickeln einen wachsenden
Schönheits-Sinn. Fördern Sie ihn – mit
Zahnpflege-tipps für ein strahlendes Lächeln ...

WICHTIGE TIPPS:



Killerargument nutzen: Zahnpflege – wie uncool!
Noch „uncooler“ ist aber Mundgeruch! Eltern dürfen
dieses simple Argument gerne nutzen. Kinder sind oft
eitler, als wir Erwachsenen vermuten ...



Klartext zu Soft-/Energy-Drinks: Sie sind wahre
Zuckerbomben. Ihre Sprengkraft kann das schönste
Gebiss ruinieren. Erzählen wir den Kindern von der
Gefahr.



Saubere Spange: Zahnsparren sind kein Makel mehr.
Beachten Sie den vermehrten Pflegebedarf. Beim
Einsetzen der Zahnsparre werden Pflegehinweise zur
richtigen Mundhygiene gegeben.



Auf „7er“ achten: Die Siebenerzähne brechen mit
12 Jahren durch. Ihre versteckte hintere Lage
„schützt“ sie leider effektiv vor Zahnbürsten ...
Daher: Besonders auf die „7er“ achten!





10 BIS 14 JAHRE

STRAHLEND LACHEN – OHNE PHOTOSHOP ...

Wie Eltern ihren Teenager zur Zahnpflege ermuntern

Eltern von Teenagern brauchen gute Nerven und viel Geduld. Dem Kind geht's nicht viel besser. Die Hormone spielen verrückt, Gedanken stehen Kopf. Mama und Papa müssen jetzt einfach unrecht haben. Die Alten verstehen ja nix vom Leben! Gründlich Zähneputzen? Z'fleiß nicht! Energydrinks meiden? Nein, die Coolen an der Schule trinken das auch! Puh ... da kommt man nicht mehr ran. Da hilft nur mehr die Eitelkeitsmaske: Mundgeruch, Zahnbelag und schwarze Löcher sind furchtbar – darin stimmen sogar Teens ihren Eltern noch zu (meistens). Also dann mal ehrlich von Mann zu Jungmann und von Mutter zu Tochter: Wer küsst schon gern einen ungepflegten Mund? Eben! Darum dürfen Eltern ihren Kids jetzt ein bisschen bei der Selbstdarstellung helfen. Unsere Jungs oder Mädels wollen ja „nice“ rüberkommen ... Also: Weg mit dem Energydrink, Zähne blitzblank putzen, Haare stylen. Geht doch gleich besser und vermeidet Stress bei Selfies, oder?

IN ÖÖ: TOLLE PAKETANGEBOTE

GRATIS MUNDHYGIENE...

... für Kinder und Jugendliche vom 10. bis zum 18. Lebensjahr! Die ÖGK übernimmt einmal jährlich die Kosten für eine Mundhygiene-Sitzung. Kinder und Jugendliche mit einer festsitzenden Zahnsperre können die Mundhygiene zweimal jährlich nutzen, mit einem Abstand von mindestens sechs Monaten. Wenden Sie sich an Vertragszahnärzte oder an eines der Zahngesundheitszentren der ÖGK.

ERHÖHTES KARIESRISIKO? COOL BLEIBEN, HANDELN!

Was sollen Eltern tun, deren Kind ein erhöhtes Kariesrisiko zeigt? Cool bleiben und unser Kinder-Zahnpaket nutzen! Bis zum 14. Lebensjahr gibt es den Zahnpass mit vielen wertvollen Gutscheinen zum Erhalt der Zahngesundheit!



Wussten Sie, dass die Schulärzte ...



- ... bei ihrer jährlichen Untersuchung die Kinder zum Thema Zahngesundheit und Zahnpflege informieren und beraten? Dies ersetzt jedoch keinesfalls den Besuch beim Zahnarzt.
- ... auch einen Blick in den Mund der Kinder werfen und den Zahnstatus kontrollieren?
- ... bei Kariesverdacht bzw. vorhandener Karies die Eltern informieren, damit diese einen Zahnarzt aufsuchen?
- ... sich selbst regelmäßig zum Thema Zahngesundheit fortbilden?

Dieses Poster gibt's auch
zum Download auf:
www.gesundheitskasse.at/zahnpass



PUTZEN, ABER RICHTIG

DIE KAI-METHODE



K wie Kauflächen

Die Kauflächen mit sanften Hin- und Herbewegungen reinigen.



A wie Außenflächen

Die Außenflächen jedes Zahns mit fünf kleinen Kreisen bürsten und die Zahnbürste vom Zahnfleisch zur Kaufläche rollen („von rot nach weiß“).



I wie Innenflächen

Die Innenflächen wie Außenflächen putzen. Bei den Schneidezähnen die Zahnbürste senkrecht halten.

Empfohlen ein
Leben lang!



Das Kinder-Zahnpaket
ist eine Initiative von:



HABEN SIE FRAGEN? DIE PARTNER DES ÖÖ KINDER-ZAHNPAKETS SIND GERNE FÜR SIE DA!

ÖSTERREICHISCHE GESUNDHEITSKASSE

Gruberstraße 77
4020 Linz

Kontakt:

gesundezaehne@oegk.at
05 0766 - 14103517

www.gesundheitskasse.at

LAND OÖ - ABTEILUNG GESUNDHEIT

Bahnhofplatz 1
4021 Linz

Kontakt:

ges.post@ooe.gv.at
0732 77 20 - 0

www.land-oberoesterreich.gv.at

PROGES - WIR SCHAFFEN GESUNDHEIT

Fabrikstraße 32
4020 Linz

Kontakt:

office@proges.at
05 77 20 133

www.proges.at

LANDESZAHNÄRZTEKAMMER ÖÖ

Marienstraße 9/1
4020 Linz

Kontakt:

office@ooe.zahnaerztekammer.at
05 05 11 - 4010

www.zahnaerztekammer.at



Für den Inhalt verantwortlich: ÖGK, Land OÖ, Proges, Landes Zahnärztekammer ÖÖ

Redaktionelle Bearbeitung: Mag. Gregor Smejkal, ÖGK

Grafik: Mag. Nicole Renner, ÖGK; Druck: BTS

www.kinderzahnpaket.at

Das Kinder-Zahnpaket
ist eine Initiative von:



Österreichische
Gesundheitskasse

Landes
Zahnärztekammer
Oberösterreich

PROGES
Wir schaffen Gesundheit

