

Initiative für eine mundgesunde Zukunft in Deutschland

Schwerpunkt-Thema 2020:

„Interdisziplinäre Allianz zur zahnmedizinischen Prävention in der Schwangerschaft“

Statement: Prof. Dr. Dietmar Oesterreich, Vizepräsident der BZÄK

Warum halten Sie das aktuelle Schwerpunkt-Thema für wichtig?

Die ersten prophylaktischen Weichen für eine gute Allgemein- und Mundgesundheit des Kindes werden in der Schwangerschaftszeit gestellt. Die zahnmedizinische Prophylaxe für die werdende Mutter und das kleine Kind ist deshalb ein sehr wichtiger Baustein in einem umfangreichen präventiven Gesamtkonzept, das klinisch-medizinische Erfordernisse mit den Herausforderungen zur Patientenführung und Verhaltensänderung kombiniert. Dabei spielen Aspekte der Ernährungsberatung, der häuslichen Mundpflege sowie der kontrollorientierten, prophylaktisch ausgerichteten zahnärztlichen Betreuung eine entscheidende Rolle. Die Schwangerschaft ist ein wichtiger Lebensabschnitt in der Verhaltensänderungen eine wichtige Rolle spielen.

Was motiviert Sie persönlich, dieses Thema voran zu treiben?

Ein Kind zu bekommen, ist eine sehr intensive Lebenserfahrung. Und neun Monate Schwangerschaft sind für viele Frauen und ihre Partner eine aufregende Zeit, oft schwankend zwischen Freude, Hoffen und Bangen. Die Mundgesundheit und der Zahnarzt können da schon einmal in den Hintergrund treten. Deshalb möchte ich dafür sensibilisieren, dass eine intensive Mundhygiene das A und O für eine gute Mundgesundheit in der Schwangerschaft ist. Zudem ist eine gute Mundgesundheit eine wichtige Voraussetzung für die Gesamtgesundheit. Für werdende Mütter bedeutet zahnmedizinische Prophylaxe vor allem, einer Zahnbettentzündung vorzubeugen, welche Einfluss durch Entzündungsmediatoren auf den ganzen Körper besitzen kann. Die häusliche Mundpflege sollte deshalb während der Schwangerschaft um Zahnzwischenraumreinigung ergänzt und vor allem täglich durchgeführt werden.

In der Zahnarztpraxis kann ich als Zahnarzt wichtige Hinweise zur Mundhygiene geben und, falls erforderlich, auch noch während der Schwangerschaft erkrankte Zähne behandeln. Im Rahmen dieser Vorsorgeuntersuchungen sollte auch abhängig vom individuellen Erkrankungsrisiko eine professionelle Zahnreinigung (PZR) durchgeführt werden. Eine professionelle Zahnreinigung beim Zahnarzt ergänzt die häusliche Prophylaxe – sie ist eine besonders wirksame Maßnahme gegen Zahnfleischerkrankungen und kann dazu beitragen, das Risiko von Frühgeburten und untergewichtigen Kindern zu minimieren.

Was geschieht aktuell in der Forschung zu diesem Thema? (Gibt es Studien, Forschungsprogramme, Projekte o.ä. dazu?)

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass Entzündungen des Zahnfleisches (Gingivitis), die nicht behandelt werden und in eine Parodontitis (Zahnbettentzündung) übergehen, das Risiko einer Frühgeburt

in Verbindung mit geringem Geburtsgewicht des Kindes erhöhen können. Ebenso schädlich für das Kind sind an Karies erkrankte Zähne der Mutter, des Vaters oder anderer Bezugspersonen. Nach aktuellem Verständnis stellt die Karies zwar keine Infektionskrankheit dar, aber die verstärkte Übertragung von kariogenen Bakterien durch die Eltern oder engen Bezugspersonen auf die kleinen Kinder führt zu einem erhöhten Erkrankungsrisiko.

Welche Facetten des o.g. Themas sollten in der Öffentlichkeit Ihrer Meinung nach besonders „beleuchtet“ werden?

Meine erste Botschaft lautet „Eine gute Mundgesundheit der werdenden Mutter ist eine wichtige Voraussetzung für die Vermeidung von Komplikationen während der Schwangerschaft und ein gesundes Kind“. Regelmäßige zahnärztliche Kontrolle und Prophylaxe auch während der Schwangerschaft ist die beste Voraussetzung dafür. Der Zahnarztbesuch auch während der Schwangerschaft ist wichtig. Eine gute Mundhygiene gerade in dieser Phase vermeidet Risiken.

Zweitens gilt heute natürlich nicht mehr die Aussage, dass jedes Kind einen Zahn kostet. Es muss immer wieder darauf hingewiesen werden, dass dies ein Irrtum ist. Die Wissenschaft hat längst bewiesen, dass der Bedarf an Mineralstoffen des heranwachsenden Kindes aus dem gedeckt wird, was die Mutter täglich isst und trinkt. Calcium und Phosphat, die für den Aufbau der Knochen und Zähne des Babys gebraucht werden, werden nicht den Zähnen und Knochen der Mutter entzogen.

Und drittens wissen wir, „Alle Babys kommen ohne Karieskeime auf die Welt!“ Aber Babys bekommen häufig – allerdings immer unbewusst – von den Menschen Kariesbakterien übertragen, die sie täglich mit Liebe und Fürsorge umgeben. Eine gute Mundgesundheit in der kindlichen Umgebung senkt auch das Erkrankungsrisiko für das Kleinkind.

Welche Ansätze gibt es evtl. schon in der Praxis (bzw. in Ihrer persönlichen Erfahrung) für die zahnmedizinische Prävention von Schwangeren?

Traditionell basiert die Kariesprophylaxe auf den vier Säulen:

- Ernährungslenkung,
- Zahnbelagsentfernung,
- Anwendung von Fluoriden,
- regelmäßige, kontrollorientierte Zahnarztbesuche.

Um rechtzeitig und effektiv vorzubeugen, ist es am besten, wenn schon Paare mit Kinderwunsch vorhandene Zahnschäden vom Zahnarzt versorgen lassen. Während der Schwangerschaft empfehlen sich dann zwei zahnärztliche Vorsorgeuntersuchungen für die werdende Mutter und zwar im vierten und im achten Monat (Schwangerenprophylaxe). In der Zahnarztpraxis erhält die werdende Mutter eine spezielle Beratung zur richtigen Mundpflege und zu Prophylaxemaßnahmen aber auch zu den Maßnahmen, die für die Mundgesundheit des Neugeborenen wichtig sind. Eine zusätzliche wichtige Säule der Vorbeugung ist die professionelle Zahnreinigung (PZR). Sie ist besonders effektiv gegen Zahnfleischerkrankungen.

Natürlich spielt auch die Ernährung der Mutter für die Gesundheit des Kindes eine wichtige Rolle. Vor allem ausgewogen sollte sie sein. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) empfiehlt eine vitamin- und mineralstoffreiche, aber fettarme Ernährung, da sich der Nährstoffbedarf stark erhöht, der Energiebedarf jedoch kaum. Am besten sind fünf bis sechs kleine Portionen am Tag statt drei

üppige Mahlzeiten. Besonders wichtig ist die Versorgung mit Folsäure, Eisen, Vitamin B12, Jod und Calcium. Bei kalorienreichen Lebensmitteln wie Süßigkeiten sollte auch wegen der Mundgesundheit besser Maß gehalten werden.

Ist das Baby dann endlich da, sollte es idealerweise – und wenn das möglich ist - von der Mutter gestillt werden, denn Stillen ist die beste Vorsorge für gesunde Zähne des Kindes. Die Muttermilch enthält alles, was das Kind braucht. Durch das Saugen werden zudem Kiefer, Lippen und Zunge sowie die übrigen Kopf- und Halsmuskeln des Kindes gekräftigt. Falls erforderlich sollten kieferformende Sauger verwendet werden.

Ab Durchbruch des ersten Milchzahnes sollte zweimal täglich mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta geputzt werden. Eltern sollten nachputzen und das Zähneputzen überwachen. Kinder sollten vom ersten Milchzahn bis zum vollendeten zweiten Lebensjahr zweimal täglich mit einer reiskorngroßen Menge Zahnpasta mit einem Fluoridgehalt von 1.000 ppm und vom zweiten bis zum sechsten Geburtstag zweimal täglich ihre Zähne mit einer erbsengroßen Menge dieser Zahnpasta putzen. Alternativ kann bis zum zweiten Geburtstag mit einer erbsengroßen Menge Zahnpasta mit einem Fluoridgehalt von 500 ppm geputzt werden.

Seit 2019 werden zudem kleine Kinder unter drei Jahren in das umfassende zahnmedizinisch-individualprophylaktische Präventionsangebot in der Zahnarztpraxis einbezogen. Drei zahnärztliche Früherkennungsuntersuchungen sollen das Auftreten frühkindlicher Karies vermeiden und setzen dabei insbesondere bei deren Ursachen an. Diese von der GKV getragenen Leistungen beinhalten unter anderem die eingehende Untersuchung des Kindes, die Beratung der Eltern und eine Anleitung zum täglichen Zähneputzen beim Kleinkind.

Welche Ansätze gibt es evtl. schon in der Praxis (bzw. in Ihrer persönlichen Erfahrung) für die zahnmedizinische Prävention von Schwangeren?

Um Zahn- und Zahnfleischerkrankungen vorzubeugen, empfehlen Zahnärzte zwei zahnärztliche Vorsorgeuntersuchungen. Eine zu Anfang der Schwangerschaft im ersten Drittel – idealerweise sogar vor Schwangerschaftsbeginn – und eine Zweite, die im letzten Drittel stattfinden sollte. Sollte das Zahnfleisch entzündet sein, ist unbedingt ein Termin für eine professionelle Zahnreinigung (PZR) angeraten. Aber auch ohne entzündetes Zahnfleisch ist die PZR für beide Elternteile eine gute Vorbereitung auf die Zeit mit dem Baby, um es vor Bakterien aus dem Mund der Eltern wirksam zu schützen. Die PZR bringt klinische Sauberkeit für Zähne und Zahnfleisch und beugt damit Karies und Gingivitis vor.

Während der Schwangerschaft und in den ersten Lebensmonaten des Neugeborenen ist die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Zahnmedizin, Kinder- und Jugendmedizin, Gynäkologie und Geburtshilfe sowie den Hebammen herauszustellen. Im Rahmen des nationalen Gesundheitsziels „Gesundheit rund um die Geburt“ wird auf die wichtige Rolle der Kariesprävention in der frühen Kindheit verwiesen und in diesem Zusammenhang das Informieren und Aufklären von Schwangeren und werdenden Eltern betont. Der Verweis des Gynäkologen bei der Feststellung der Schwangerschaft auf die notwendige zahnmedizinische Vorsorge spielt eine entscheidende Rolle.

Seit vielen Jahren gibt es in allen Bundesländern einen Zahnärztlichen Prophylaxepass, der das gelbe Untersuchungsheft („ärztliche U-heft“) ergänzt. Darin werden die zahnärztlichen Früherkennungsuntersuchungen und Fluoridierungsmaßnahmen dokumentiert, teilweise auch schon während der Schwangerschaft. Der Prophylaxepass wird je nach Bundesland beim Frauenarzt, bei der Entbindung

oder später beim Zahnarzt oder Kinderarzt ausgegeben. Auch wird im gelben Kinderuntersuchungsheft bereits ab der U5 auf die zahnärztliche Vorsorge verwiesen. Dadurch soll insbesondere die frühkindliche Karies vermieden werden. Trotzdem gibt es noch deutliches Verbesserungspotential bei der interdisziplinären Aufklärung zwischen Zahnmedizin und Medizin.

Was zeichnet aus Ihrer Sicht eine patientennahe Beratung von Schwangeren zur zahnmedizinischen Prävention aus?

Grundsätzlich gilt es gerade in der Phase der Schwangerschaft ein empathisches Verhältnis aufzubauen. Auch sollte immer der Blick auf den Verlauf der Schwangerschaft gerichtet werden und daran orientierend sowohl Behandlung als auch Vorsorge ausgerichtet werden. Gesundheitspsychologisch gibt es gute Möglichkeit in dieser Phase eine besondere Orientierung, auf die Gesundheit und Mundgesundheit zu richten. Schwangere sind gerade jetzt oftmals sehr dankbar dafür. In jedem Fall sollte die Aufklärung auch erste praktische Tipps für die mundgesunde Ernährung, Mundhygiene und die zahnärztliche Kontrolle des Kleinkinds beinhalten.