

01/2022



Das Magazin der Aktion Zahnfreundlich e. V.

ZAHNFREUNDLICH



MAGAZIN

Garantiemarke
Zahnmännchen

MENSCHEN

Social Media Expertin
Anna Minh

MEDIZIN

Erosionen & Karies
Mythen

MITTENDRIN

Prophylaxe &
Nachhaltigkeit



Liebe Mitglieder der Aktion Zahnfreundlich, liebe Leserinnen und Leser!

pünktlich zum Jahresende liegt das neue Zahnfreundlich-Magazin für Sie bereit. Unsere Titelstory ist diesmal ein Interview mit Anna Minh, deren Zahngesundheitsstipps Sie bestimmt schon auf unserem TikTok-Kanal angeschaut haben. Noch nicht? Dann lohnt es sich auf jeden Fall, bei Zahnfreundlich auf TikTok vorbei zu schauen, vor allem, wenn Ihnen die Gesundheit Ihrer Zähne am Herzen liegt. Und das tut es, sonst hätten Sie wohl kaum dieses Heft aufgeschlagen. Natürlich finden Sie uns auch auf Instagram unter @zahnfreundlich und Facebook unter @zahnfreundlichkeit. Als Teil unserer Social Media Community können Sie sich über unsere regelmäßigen interessanten Posts freuen.

Natürlich gibt es im neuen Magazin auch viele andere interessante Beiträge: Was die Garantemarke bedeutet, was Erosionen sind und wie Sie sich schützen können, was dran ist am Mythos, dass Karies eine Infektionskrankheit sein soll, und was es für neue zahnfreundliche Produkte gibt. Lassen Sie sich überraschen: Es sind keine Süßigkeiten.

„Mittendrin“ sind wir bei der Nachhaltigkeit. Das ist ja ein Thema, das wir bei allem, was wir tun, mitdenken sollten. Natürlich auch bei unserer Arbeit, z.B. in der Zahnarztpraxis. Zähne gesund zu erhalten ist natürlich schon von sich aus nachhaltig, aber es gibt auch viele andere Themen rund um Klimaschutz und

Ressourcenschonung, die wir am Arbeitsplatz im Blick haben können. Und lassen Sie sich nicht durch den Gedanken abhalten, dass Sie allein sowieso nicht die Welt retten können. Das stimmt zwar, aber gemeinsam können wir es.

Ganz zum Schluss unseres Heftes stellen wir auch diesmal eine zahnfreundliche Zahnarztpraxis vor: die Zahnarztpraxis AllerMunde in Celle. Und vergessen Sie nicht unsere Zahnfreundlich App: Mit ihr können Sie Expert:in für zahnfreundliche Ernährung werden: mit Zertifikat! Die Links finden Sie auf Seite 18. Einfach ausprobieren.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen, frohe Festtage und ein Jahr 2023, das endlich mal wieder mehr gute als schlechte Nachrichten bieten wird.

Mit zahnfreundlichen Grüßen

Ihr Prof. Dr. Stefan Zimmer

MAGAZIN



2

Editorial

4

News:

Markenanwalt Stefan Day über die Garantemarke Zahnmännchen

5

Die Garantie-/Gewährleistungsmarke Zahnmännchen

MENSCHEN



6

Social Media Expertin Anna Minh

MEDIZIN



10

Erosionen

14

Mythos Karies

MITTENDRIN



15

Kooperation zur Nachhaltigkeit und Prophylaxe

16

Neue zahnfreundlich ausgezeichnete Produkte

17

Wir stellen vor: AllerMunde Zahnarztpraxis in Celle

IMPRESSUM

Herausgeber:
Aktion Zahnfreundlich e. V.
Bismarckstr. 83
D-10627 Berlin

info@zahnmaennchen.de
www.zahnmaennchen.de
T: +49 (0)30 3012 78 85
F: +49 (0)30 3012 78 84

© Aktion Zahnfreundlich 2022
Vorsitzender: Prof. Dr. Stefan Zimmer
Verantwortlich: Prof. Dr. Stefan Zimmer
Redaktion: Hedi von Bergh

Produktion: WHITE & WHITE
www.white-white.de
Bildnachweis Titel:
WHITE & WHITE

News

Markenanwalt Stefan Day über die Garantiemarke Zahnmännchen

Die Marke Zahnfreundlich wurde neu als Garantiemarke im Markenregister eingetragen. Was bedeutet das?

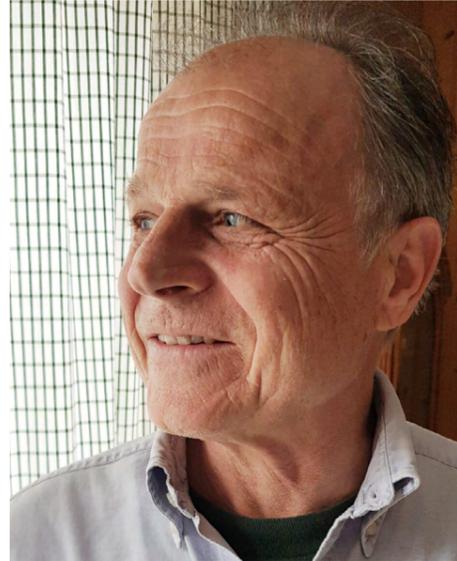
Die Garantiemarke¹ hat das Ziel, den Konsumenten darüber zu informieren, dass die mit dem Zahnmännchen gekennzeichneten Produkte gewisse, genau bestimmte Kriterien erfüllen. Die Garantiemarke hat ein Reglement, das auf der Webseite von zahnfreundlich.ch² von jedermann eingesehen werden kann. Diese zusätzliche Transparenz schafft Vertrauen und Aktion Zahnfreundlich Schweiz hofft und ist davon überzeugt, dass die hohe Glaubwürdigkeit des Zahnmännchens dadurch nochmals gestärkt wird. Die Garantiemarke kann und darf auch nicht gewinnstrebig geführt werden. Jeder, der die Kriterien für seine Produkte und gewisse Formerfordernisse erfüllt, letztere sind für die Kontrolle der Produkte notwendig, darf die Garantiemarke nach einer „Eingangsprüfung“ verwenden. Diese Prüfung stellt fest, dass die Anforderungen vom Produkt erfüllt werden. Damit wird das Zahnmännchen auch formell zum Gütesiegel für zahnfreundliche Produkte.

Gilt einmal Zahnmännchen, immer Zahnmännchen?

Die Anforderungen an ein zahnfreundliches Produkt werden periodisch überprüft und, wenn notwendig, neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen angepasst. Dies kann zu einer Verschärfung der Anforderungen führen – wie das z. B. bei der Energieetikette auch von Zeit zu Zeit geschieht – und Produkte, die die neuen Anforderungen nicht mehr erfüllen, dürfen das Zahnmännchen nicht länger verwenden.

Was bedeutet diese Eintragung für die Käufer?

Für die Käufer bedeutet die Eintragung als Garantiemarke einerseits einen gesetzlichen Schutz: Die Garantiemarke muss gesetzliche Vorausset-



Stefan Day, lic. jur., LL. M., Rechtsanwalt, Markenanwalt VSP, Partner der Isler & Pedrazzini AG, Zürich (Schweiz)



zungen erfüllen, damit sie eingetragen und aufrechterhalten werden kann. So muss z. B. der Markeninhaber durch Kontrollen sicherstellen, dass die Produkte die Anforderungen erfüllen und das Reglement muss Sanktionen für Nutzer des Zahnmännchens vorsehen, welche die Kriterien nicht erfüllen. Zweitens müssen die Kriterien der Produkte, welche die Garantiemarke tragen wollen, festgelegt und öffentlich gemacht werden. Der Käufer hat deshalb nun die Möglichkeit, diese Kriterien einzusehen und kann sich so ein Urteil bilden, ob die Produkte für ihn mit den Vorstellungen übereinstimmen, welche das Zahnmännchen auslöst.

Warum „lohnt“ sich diese Eintragung für die Aktion Zahnfreundlich?

Die Glaubwürdigkeit des Zahnmännchens wird nochmals markant erhöht. Dadurch werden die damit gekennzeichneten Produkte vermehrt gekauft. Dies führt zu einer besseren Mundhygiene – plakatig gesagt: weniger Zucker und bessere Pflegeprodukte. Und die Förderung der Mundhygiene und Bekämpfung von Karies und Parodontitis sind ja die ultimativen Ziele des Vereins Aktion Zahnfreundlich. Wir sind überzeugt: Die Eintragung fördert den Vereinszweck.

Garantiemarken präsentieren in gewisser Weise auch Qualität

Garantiemarken garantieren, wie der Name sagt, gewisse Eigenschaften der gekennzeichneten Produkte. Diese Eigenschaften können mit dem Qualitätsbegriff im üblichen Verständnis übereinstimmen. Die Garantie kann sich auf den Herstellungsprozess oder die geografische Herkunft oder, wie im Falle des Zahnmännchens, auf Eigenschaften beziehen, welche sich positiv auf die Mundhygiene auswirken.



Die Garantie-/Gewährleistungsmarke ZAHNMÄNNCHEN

Das ZAHNMÄNNCHEN ist in der Schweiz seit dem 01. März 2021 als Garantiemarke gültig und parallel auf EU-Ebene seit dem 16. November 2021 als Gewährleistungsmarke für die Produktgruppen

- Nahrungs- und Genussmittel sowie Lebensmittelzusatzstoffe
- Zahnreinigungsprodukte/Zahnkosmetikprodukte
- Hilfsmittel für die Zahnpflege

eingetragen. Die Marke setzt gesetzlich exakt definierte Produkteigenschaften voraus. Sie sind in einem Markenreglement und in regulations of use zusammengefasst, die für jeden einsehbar auf den Websites der Zahnfreundlich-Organisationen veröffentlicht werden müssen.

Als Garantie-/Gewährleistungsmarke erfährt das ZAHNMÄNNCHEN eine nochmalige Wertsteigerung, da sie das Vertrauen der Verbraucher:innen signifikant stärkt und ihre Wertschätzung erhöht.

¹Die Garantiemarke gilt in der Schweiz, in der EU heißt sie „Gewährleistungsmarke“.

²Das Reglement kann selbstverständlich auch auf der Website der Aktion Zahnfreundlich e. V. www.zahnmaennchn.de eingesehen werden.

Quelle: Gekürzter Auszug aus Website Aktion Zahnfreundlich Schweiz

„Ich möchte meine Leidenschaft zum Beruf machen“

Die 19-jährige Anna Minh studiert Kommunikationsdesign, absolvierte ihr Praktikum in der Berliner Kommunikationsagentur White & White, lernte dabei die Aktion Zahnfreundlich kennen und war fasziniert. Und zwar so, dass sie sich seit Monaten auf TikTok für Zahngesundheit und Ernährung stark macht. Ihr Ding ist es, Fachinfos in verständliche Tipps für ihre Generation umzusetzen. Kurz, schnell und präzise.

Trotz permanenter Zeitnot hat sich Anna Zeit für ein Gespräch mit unserer Redaktion genommen – sozusagen zwischen Uni und Job, zwischen Familie und Produktion.

Du bist als Generation Z ja quasi mit Social Media aufgewachsen. Was ist deiner Meinung nach das Spannendste an Facebook, Instagram, TikTok und Co?

Social Media ist super schnelllebig und wird nie langweilig. Social Media unterhält mich und inspiriert mich. Privat nutze ich Social Media, um mich mit meinen Freunden und meiner Familie auszutauschen und meine besonderen Momente mit ihnen zu teilen.

Wann ist dir das Zahnmännchen zum ersten Mal auf Social Media begegnet? Kanntest du es bereits?

Dass das Zahnmännchen zahnfreundliche Produkte kennzeichnet, war mir schon bekannt. Tatsächlich begegnet bin ich ihm auf Social Media erst durch mein Praktikum. In der Agentur hatte ich die Chance, tief in die Welt der Mundgesundheit einzutauchen und mir neues Wissen darüber anzueignen.

Sie ist Berlinerin und Vietnamesin. Sie ist kreativ und inspirierend. Ein „Persönchen“ mit Persönlichkeit, die genau weiß, was sie will, die positiv denkt, immer gute Laune hat und viel zu wenig Zeit: Anna Minh, geboren in Berlin, zuhause in ihrer Familie - in Berlin und in Vietnam.

Täglich Content zu produzieren kann eine herausfordernde Aufgabe sein, besonders wenn es nicht nur um Mode und Style geht. Woher bekommst du deine Inspiration für zahnfreundliche Themen?

Ich schaue mir verschiedene Social-Media-Kanäle an, um mit den Trends Schritt zu halten. Darauf aufbauend entwickle ich Ideen und plane meinen Content.

Und welchen Content schaust du dir privat gern an?

Mich interessieren kreative und informative Inhalte bzw. Tipps und Tricks, die mir in meinem Alltag weiterhelfen.

In deinem Studium Kommunikationsdesign geht es u. a. darum, Identitäten für Marken zu entwickeln. Welches Alleinstellungsmerkmal hat für dich die Marke Zahnmännchen?

Der lachende Zahn mit einem schützenden Schirm.



© WHITE & WHITE

Wie siehst du die zukünftige Entwicklung von Social Media Plattformen?

Social Media bringt immer mehr Menschen zusammen, weil sich Inhalte direkter und schneller kommunizieren lassen. Soziale Medien sind aus der Generation Z nicht mehr wegzudenken. Dementsprechend sind soziale Plattformen für Unternehmen oder Vereine enorm wichtig, wenn es darum geht, Kunden anzusprechen und zu binden.

Was ist dein persönlicher Wunsch für deine berufliche Zukunft ?

Mein Wunsch ist es, meine Leidenschaft zum Beruf zu machen. Ich bin ein kleiner Kreativkopf, tobe mich künstlerisch aus und probiere auch gerne Neues. Ich hoffe, das wird mich immer in meiner Berufslaufbahn begleiten.



Wie gefällt dir Berlin – fühlst du dich wohl hier oder hast du eine Traumstadt, in der du gerne leben möchtest?

Ich habe Familie und Freunde in Berlin und fühle mich dementsprechend pudelwohl hier. Ich würde mich immer für Berlin City entscheiden. Berlin ist einfach unglaublich multikulti und bringt die unterschiedlichsten Menschen und Kulturen zusammen. Keiner könnte mir widersprechen, wenn ich sage, dass es hier für jeden etwas gibt.

Wenn du Menschen begegnest, worauf schaust du zuerst?

Zuallererst achte ich auf die Ausstrahlung einer Person. Ist sie positiv oder negativ, fühle ich mich wohl in ihrer/seiner Gegenwart. Als zweites schaue natürlich auf ein gepflegtes Äußeres.

Magst du Musik und besuchst du Konzerte oder eher Events oder Clubs?

Ich bin der Typ, der sich nicht nur auf eine Musikrichtung spezifiziert, sondern der sich gerne in vielen unterschiedlichen Musikrichtungen ausprobiert. Sei es Klassik, Hiphop Techno oder sogar Jazz. Egal wie unterschiedlich die Musik sein mag, vieles berührt mich. Daher kann man mich nicht nur in Clubs finden, sondern auch in Opern und Theatern.

Wie hältst du dich fit? Hast du neben deinem Studium/Praktikum und Deinen Zahnfreundlich-Spots noch Zeit für Sport?

Leider schaffe ich es zeitlich nicht. Aber wenn ich mal den Kopf freischalten will, dann am liebsten mit dem Badmintonschläger!

Welche Rolle spielt Ernährung für dich?

Ernährung spielt seit einiger Zeit eine sehr große Rolle für mich. Ich versuche, mich ausgewogen und gesund zu ernähren und verzichte meistens auf Süßigkeiten. Kommt es jedoch zu Feierlichkeiten, dann gönne ich mir auch eine süße Kleinigkeit.

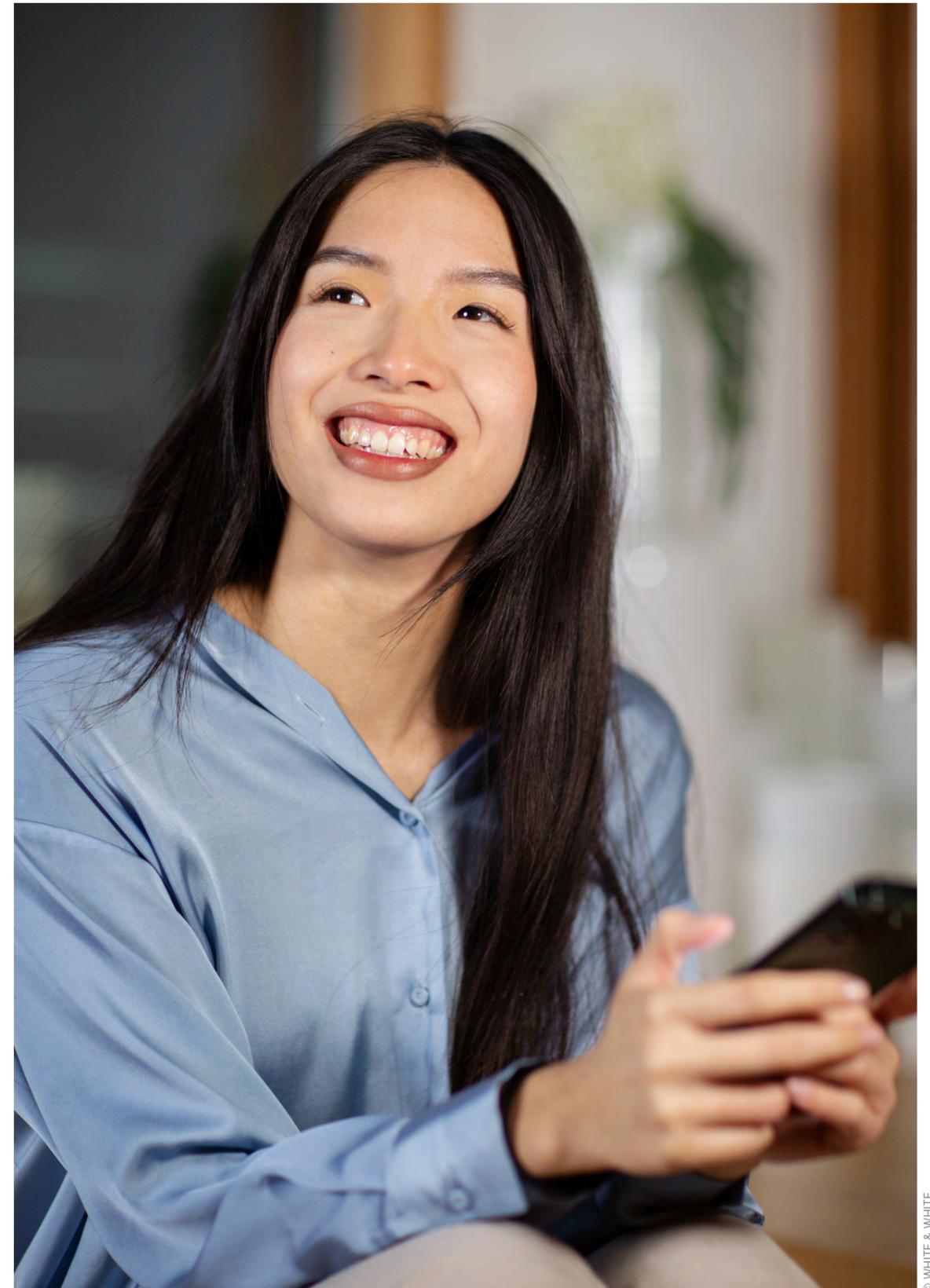
Was bedeuten schöne Zähne für dich? Was machst du besonderes, um sie so strahlend schön zu erhalten?

Schöne Zähne bedeuten nicht nur Attraktivität für mich, sondern gleichzeitig auch Gesundheit und Vitalität. Das versuche ich durch eine regelmäßige und gründliche Zahnpflege zu erreichen. Neben der Zahnbürste kommt auch immer Zahnseide zum Einsatz. Um das beste Mundgefühl zu erreichen, sollte ich außerdem meine Zähne zweimal im Jahr professionell kontrollieren lassen – was nicht immer klappt.

Du bist immer gut gelaunt, strahlst und bist optimistisch – wo „tankst“ du deine Lebensfreude?

Ich versuche, immer mit einem positivem Mindset voranzugehen und auch die kleinen Dinge im Leben zu bewundern. Daher fällt es mir leicht, mich nicht schnell verärgern zu lassen. Das Leben ist zu kurz, um sich von negativen Gedanken leiten zu lassen. Familie und Freunde spielen dabei für mich eine wichtige Rolle.

Liebe Anna, herzlichen Dank für das Gespräch!



Erosionen: Sauer ist gar nicht lustig für die Zähne

Saure Lebensmittel führen zu einer Beschädigung der Zahnoberfläche. Fachleute sprechen dabei von dentalen Erosionen. Die Zähne verlieren die äußere Schicht und dadurch ihre Form. Im Gegensatz zu Karies wird die Demineralisation der Zähne jedoch nicht durch Bakterien verursacht, sondern durch saure Substanzen.

Unsere Dachorganisation Aktion Zahnfreundlich Schweiz führte mit den beiden Erosions-Fachleuten PD Dr. Thiago Saads Carvalho, Wissenschaftlicher Mitarbeiter, Leiter Erosionsforschung an der Klinik für Zahnerhaltung, Präventiv- und Kinderzahnmedizin, Universität Bern und Dr. phil. nat. Tommy Baumann, Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Klinik für Zahnerhaltung, Präventiv- und Kinderzahnmedizin, Universität Bern das nachfolgende Interview, das wir unseren Lesern als Basis für die Ernährungsberatung sehr empfehlen.

Was sind die wesentlichen Unterschiede von Karies und Zahnerosionen?

Der Unterschied ist für viele nicht so klar, weil es bei beiden zu einer Demineralisation der Zahnoberfläche kommt. Der Hauptunterschied liegt in der Ursache der Demineralisation. Bei Karies wird diese durch Bakterien im Zahnbelag verursacht, die Zucker in Säure umwandeln. Bei Zahnerosionen hingegen wird die Demineralisation nicht von Bakterien verursacht, sondern durch Kontakt der Zähne mit sauren Substanzen, üblicherweise aus sauren Lebensmitteln, aber auch bei saurem Aufstoßen oder Erbrechen. Ein weiterer wichtiger Unterschied ist, dass bei Karies die Demineralisation ursprünglich unter der Oberfläche stattfindet und daher eine Remineralisation zu einem gewissen Grad möglich ist, während bei der Zahnerosion die Demineralisation direkt an der Oberfläche stattfindet und irreversibel ist.

Welche Faktoren können die Zahnerosion beeinflussen?

Es gibt zahlreiche Einflussfaktoren, die meist in zwei Hauptgruppen eingeteilt werden: ernährungsbedingte und patientenabhängige Faktoren. Auf der ernährungsbedingten Seite ist die chemische Zusammensetzung der Hauptfaktor, insbesondere wie sauer ein Lebensmittel ist – üblicherweise je saurer umso erosiver. Auf der patientenabhängigen Seite gibt es mehrere Faktoren, beispielsweise wie oft und wie viel saure Lebensmittel konsumiert werden oder was die Gewohnheiten bezüglich Oralhygiene sind. Weitere wichtige Faktoren sind individuelle Unterschiede wie zum Beispiel die Zusammensetzung des Speichels.

Was weiß man über die Speichelzusammensetzung?

Speichel hilft bei der Verdünnung und Neutralisation von sauren Substanzen sowie bei deren Entfernung durch das Auslösen des Schluckreflexes, was alles zur Verminderung einer Demineralisation beiträgt. Ein wichtiger Faktor ist daher der Speichelfluss, der durch Medikamente, Krankheiten oder hohes Alter beeinflusst werden kann. Falls dadurch der Speichelfluss vermindert wird, ist auch der natürliche Schutz beeinträchtigt. Außerdem gibt es in der Speichelzusammensetzung (darin enthaltene Proteine und Ionen) individuelle und altersspezifische Unterschiede. Besonders der Gehalt und die Zusammensetzung der Speichelproteine sind dabei von Interesse, da diese an die Zähne binden können und da ein schützendes Pellikel bilden, das die Demineralisation hindert.



¹Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im vorliegenden Text bei gewissen Begriffen auf die gleichzeitige Verwendung weiblicher und männlicher Sprachformen verzichtet und das generische Maskulinum oder Femininum verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter.

Was sind erosive Lebensmittel?

Zahnerosion tritt auf, wenn die Zähne häufig mit etwas Saurem in Kontakt kommen, z. B. Softdrinks, Energydrinks, Fruchtsäfte, Eistee, Cidre, einige Weine, Früchte oder saure Süßigkeiten. Die Getränke sind eine der häufigsten Ursachen von Zahnerosionen, da sie typischerweise oft und über eine längere Dauer (z. B. durch Nippen) konsumiert werden. Oft nehmen wir wegen des süßen Geschmacks zudem nicht unbedingt wahr, wenn ein Getränk sauer ist. Auch die meisten Früchte sind sauer, allerdings sollten wir nicht auf sie verzichten, da sie ansonsten sehr gesund sind. Häufiger und übermäßiger Konsum von sehr sauren Früchten kann aber zu Zahnerosionen beitragen. Jüngst gibt es zudem eine Zunahme im Konsum von sauren Süßigkeiten, besonders unter Kindern. Auch dies ist ein wichtiger Faktor, den man im Auge behalten sollte.

Was außer erosiven Lebensmitteln kann eine Zahnerosion auslösen?

Andere saure Substanzen, mit denen die Zähne in Kontakt kommen, können auch Zahnerosionen verursachen. Es gibt berufsbedingte Situationen, in

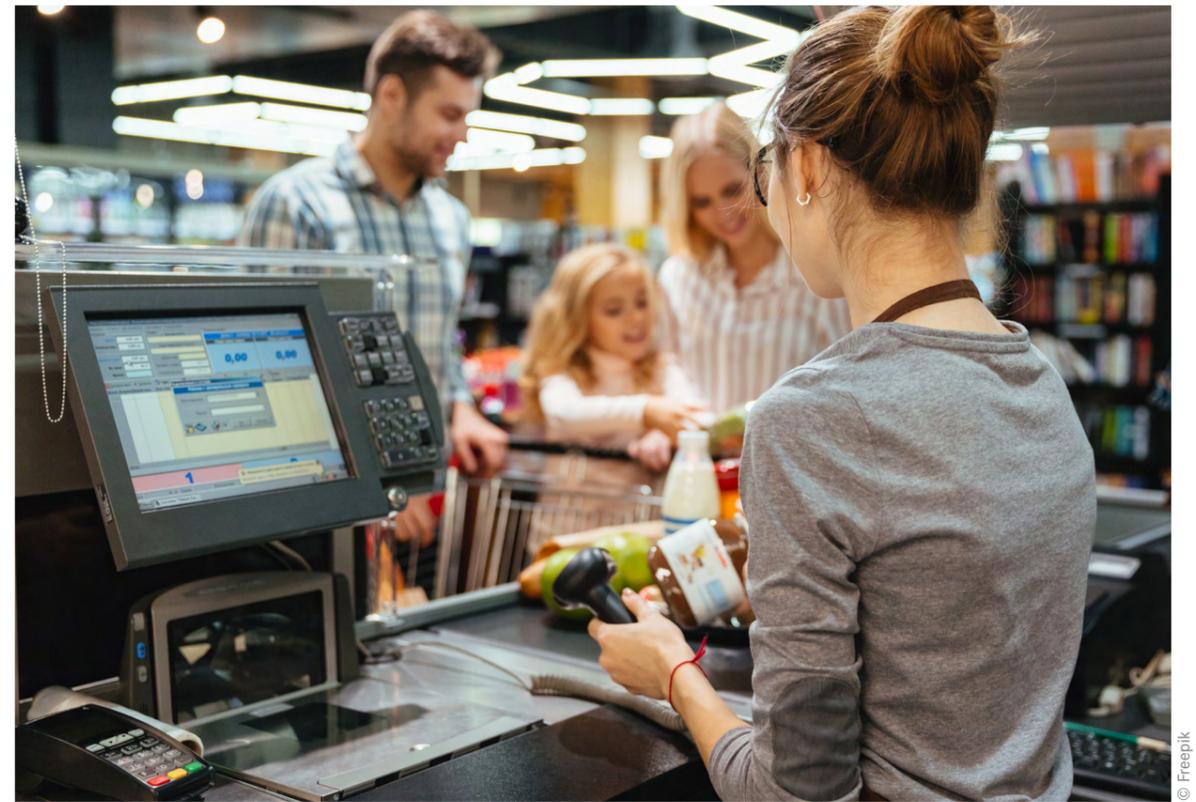
denen z. B. professionelle Schwimmer, Weintester oder Mitarbeiter in Batteriefabriken sauren Flüssigkeiten oder Dämpfen ausgesetzt sind, aber dies sind Spezialfälle. Generell sind Reflux oder Erbrechen typischere Situationen, in denen Säure aus dem Magen in den Mund gelangt und Demineralisation verursachen kann. Dies passiert besonders auch bei Essstörungen mit häufigem Erbrechen (wie Bulimia nervosa).

Wie werden Schäden an Zahnschmelz und Zahnbein diagnostiziert?

Die Zahnschäden können verschiedene Formen annehmen, abhängig von der Position im Mund. Generell verlieren die Zähne die äußere Schicht – den Zahnschmelz – und verlieren dadurch ihre Form. Dies führt typischerweise zu einer Abflachung der Oberflächen. An den Zahnhälsen von Eck- und Backenzähnen kann es zu keilförmigen Defekten kommen, welche von Überempfindlichkeit begleitet werden können. Die Diagnose kann von einem Zahnarzt bei der routinemäßigen Untersuchung vorgenommen werden. Bei Fragen kann man sich an seine Zahnarztpraxis wenden.



© Freepik



© Freepik

Gibt es Produkte, die die Säureeinwirkungen neutralisieren können?

Ja, für einige Zahnpasten und Mundspüllösungen, die Zinnfluorid oder Zinnchlorid enthalten, konnten positive Effekte nachgewiesen werden, die zu einer Verlangsamung des Fortschreitens von Erosionen führen. Im Falle von Dentinüberempfindlichkeit kann der Zahnarzt oder die Dentalhygienikerin auch zu ergänzenden Behandlungsmöglichkeiten beraten. Allerdings ist es weiterhin wichtig, immer eine gute Mundhygiene zu bewahren. Bei Zahnerosionen sollte man nicht nur diese Produkte anwenden, sondern zusätzlich die auslösenden Faktoren bestimmen und beseitigen, um den Zustand unter Kontrolle zu bringen.

Welche Behandlungsmethoden gibt es?

Das Hauptziel ist, das Fortschreiten der Zahnerosion zu stoppen oder zu verlangsamen. Dazu sollten die Diagnose und die Identifikation der Ursachen in einem möglichst frühen Stadium stattfinden: Woher kommen die Säuren, wann kommen sie mit den Zähnen in Kontakt und wie oft geschieht dies? Der Zahnarzt kann dann ein individuell zugeschnittenes Präventionsprogramm erstellen, welches folgende Maßnahmen beinhalten kann:

- Reduzierung der Häufigkeit des Konsums von sauren Lebensmitteln
- Vermeidung von Konsumgewohnheiten, die zu einem verlängerten „Im MundBehalten“ der Substanzen führen (z. B. Getränke im Mund herumspülen oder saure Süßigkeiten lutschen)
- Überweisung der Patienten an Spezialisten bei Verdacht auf Reflux.

Bei gravierenderen Fällen wird der Zahnarzt die Möglichkeiten einer Sanierung der Zähne diskutieren, um mögliche Schmerzen zu lindern und die Funktionalität und Ästhetik wiederherzustellen.

Mythos: Karies ist ansteckend!

Richtig ist, dass ein Mensch keimfrei zur Welt kommt und dass auch seine Mundhöhle erst danach von Bakterien besiedelt wird. Einer dieser Keime ist Streptococcus mutans, der nachweislich Karies verursachen kann und als Kariesleitkeim angesehen wird. Deshalb sind manche Zahnmediziner der Meinung, man müsse die Besiedelung mit Streptococcus mutans vermeiden und könne so Karies verhindern. Teil dieser Strategie ist, dass man seine Kinder nicht küssen und ihren Löffel sowie den heruntergefallenen Schnuller nicht ablecken soll, um so die Keimübertragung von den Eltern auf das Kind zu verhindern.

Diese Strategie greift aber viel zu kurz

Denn in der Mundhöhle leben bis zu 1000 verschiedene Bakterienarten, deren Bedeutung wir größtenteils nicht kennen, von denen die meisten aber sicher nützlich für uns sind. Sie gehören nämlich zur normalen Mundflora und haben sich dort im Laufe einer langen Evolution etabliert. Die Empfehlungen, die Karies als Infektionskrankheit betrachten, greifen in die Etablierung dieser normalen Mundflora ein, ohne die Konsequenzen abschätzen zu können. Denn es wird ja damit nicht nur die Etablierung der „bösen“ Keime, sondern auch aller anderen beeinflusst.

Studie: Kinder mit und ohne Schnuller

Eine kürzlich in einer renommierten kinderärztlichen Fachzeitschrift veröffentlichten Studie hat gezeigt, was das für Konsequenzen hat. Kinder, deren Schnuller abgeleckt wurden, hatten nur 37 Prozent des Risikos, eine Neurodermitis zu entwickeln, wie Kinder, deren Schnuller nicht abgeleckt wurden. Bei Asthma waren es sogar nur 12 Prozent des Risikos. Dies zeigt, wie wichtig eine ausgereifte Mundflora auch für die Entwicklung unseres Immunsystems ist. Im Übrigen ist Streptococcus mutans keineswegs der einzige Keim, der Karies verursachen kann, und er erfüllt auch nicht die Bedingungen des Koch'schen Postulats, die für die Definition einer Infektionskrankheit erforderlich sind. Mutans-Streptokokken haben keine hohe Pathogenität und ihre Anwesenheit ist mit Gesundheit und Kariesfreiheit sehr gut vereinbar.

Das Problem ist die Ernährung

Durch unsere zuckerreiche Ernährung schaffen wir ideale Bedingungen für die Bakterien, die Karies verursachen können. Dadurch nimmt ihr Anteil an der Mundflora enorm zu und erst dadurch entsteht das Problem. Karies ist also eine ernährungsbedingte Zivilisationskrankheit und keine Infektionskrankheit.

Prof. Dr. Stefan Zimmer



© Freepik

Neue zahnfreundlich ausgezeichnete Produkte

Aloe Vera Kids-Zahnpasta - magisch glitzerndes Zahngel

- Sanfte Reinigung und Pflege für die Milchzähne
- 38 % Aloe Vera pflegen das Zahnfleisch
- Xylitol schützt vor Karies und Calcium stärkt den Zahnschmelz
- Mit kindgerechtem Fluoridanteil und mildem Minzgeschmack
- Die glitzernde Geltextur macht jedes Zähneputzen zu einem echten Erlebnis



LR Health&Beauty Systems GmbH

Super Minions Junior Zahnpasta

Die effektive Formel mit Bananen-Minz-Geschmack sorgt für einen starken 5-fachen Schutz von Kinderzähnen ab 6 Jahren. Calcium unterstützt zusätzlich die Remineralisierung der Zähne. Made in Germany. 100 % VEGAN, 100 % recycelbar, vegan, ohne Mikroplastik.



Happybrush GmbH

EMS Airflow Plus Pulver mit Erythritol

Das Ein für Alles in der Prophylaxe ist das erste High-Tech-Pulver zur minimalinvasiven Entfernung von Biofilm und jungem Zahnstein von allen Oberflächenarten wie Zahnschmelz, Dentin, Weichgeweben, Zunge und Gaumen, Milchzähnen, KFO-Apparaturen, Implantatoberflächen und Restaurationen. Das auf Erythritol basierende Pulver ist ein echter Alleskönner und kann sowohl für die supra- als auch die subgingivalen Indikationen verwendet werden.



EMS Electro Medical Systems S.A.

Vitis Junior Zahngel

Für Kinder ab 6 Jahren. Die Formulierung mit Fluorid, Panthenol und Xylit sorgt für eine rundum vollständige Hygiene der Zähne und des Zahnfleisches. Fluorid remineralisiert den Zahnschmelz, wodurch die Entstehung von Karies verhindert wird. Panthenol schützt und pflegt das Zahnfleisch, wenn in diesem Alter die bleibenden Zähne kommen. Aufgrund der geringen Abrasion werden die Zähne nicht beschädigt. Der Tutti-Frutti-Geschmack macht das Zähneputzen zum Vergnügen.



Dentaid GmbH

Emsan Kinder-Halstabletten

Für Kinder ab ca. 3 Jahren. Natürliche Hilfe bei Halsschmerzen, Schluckbeschwerden und Hustenreiz. Ohne künstliche Farbstoffe und Konservierungsstoffe. Kein Einsatz von Zucker und deshalb besonders zahnfreundlich. Vegan, glutenfrei, ohne Konservierungsstoffe, laktosefrei, frei von ätherischen Ölen.



Emcur Gesundheitsmittel aus Bad Ems GmbH

Eine Übersicht aller zahnfreundlichen Produkte finden Sie auf unserer Website unter: <https://www.zahnmaennchen.de/wp-content/uploads/Produktliste-2023.pdf>

Kooperation zur Nachhaltigkeit und Prophylaxe

Aktion Zahnfreundlich & Initiative DIE GRÜNE PRAXIS

Seit über 30 Jahren ist die Marke ZAHNMÄNNCHEN ein Symbol für Prophylaxe und gesunde Zähne, für ausgezeichnete Prophylaxeprodukte und Präventionskonzepte, die für nachhaltige Zahngesundheit sorgen. Um Zähne ein Leben lang gesund zu erhalten, ist Prophylaxe so selbstverständlich in aller Munde wie Fragen zur Nachhaltigkeit, zum Umweltschutz oder zur (zahn-)gesunden Ernährung. Die Aktion Zahnfreundlich e. V. (AZeV) unterstützt gemeinsam mit der Initiative DIE GRÜNE PRAXIS, Zahnärzt:innen und Praxisinhaber:innen nicht nur mit nachhaltigen Möglichkeiten, sondern schärft das Praxis-Profil erkennbar für Patient:innen. „Durch die Kooperation mit der Initiative DIE GRÜNE PRAXIS schaffen wir Synergien, von denen Zahnarztpraxen und ganz besonders unsere Mitglieder nur profitieren können“, so Prof. Dr. Stefan Zimmer, 1. Vorsitzender der AZeV.



Prophylaxe und Nachhaltigkeit gehen Hand in Hand, denn das Bewahren der natürlichen Zahnschubstanz ist konsequente Nachhaltigkeit: Eine langfristige Mund- und Zahngesundheit spart Ressourcen. In diesem Sinne stärkt die Kooperation zwischen AZeV und der Initiative DIE GRÜNE PRAXIS die Marke Zahnarztpraxis um den Faktor Umweltbewusstsein.

„Wir freuen uns, dass wir mit der Aktion Zahnfreundlich einen Partner gefunden haben, der seit vielen Jahren als bekannte Marke ein nachhaltiges und bewährtes Konzept für Zahngesundheit unterstützt. Zahnerhaltung schont dabei jede Menge kostbarer Ressourcen“, betont Lars Kroupa, Initiator der Initiative DIE GRÜNE PRAXIS.

Der ökologische Fußabdruck

Welche konkreten Bemühungen um den ökologischen Fußabdruck gibt es bereits in Deutschlands Zahnarztpraxen? Genau bei dieser Frage setzt die Initiative DIE GRÜNE PRAXIS an. Ihr Ziel ist es, die bereits vorhandenen Maßnahmen der Zahnarztpraxis sichtbar zu machen, ihre Patient:innen über dieses Engagement zu informieren und damit die „Marke Zahnarztpraxis“ zu stärken. Gemeinsam mit Partner-Unternehmen werden Zahnarztpraxen dabei

unterstützt, nachhaltig(er) und umweltschonend(er) mit Ressourcen und Materialien umzugehen. Sozial verantwortliches Verhalten wird gefördert und der Verbrauch begrenzter natürlicher Ressourcen minimiert.

Der Wettbewerb

Der 2021 gestartete und jährlich durchgeführte Wettbewerb DIE GRÜNE PRAXIS ist die Basis für alle aktuellen Aktivitäten. Nachhaltig wirkt dabei das Qualitätssiegel, das nach transparenten Kriterien vergeben wird und DIE GRÜNE PRAXIS auszeichnet. Ein weiteres Ziel ist es, alle nachhaltig orientierten Informationen und Aktivitäten zu bündeln, daraus Tools zur Optimierung eines ökologischen Fußabdrucks zu entwickeln und auf der Plattform DIE GRÜNE PRAXIS bereitzustellen. Sie ermöglicht es, Synergien zwischen Zahnarztpraxen und dentalen Interessensgruppen zu schaffen.

Weitere Informationen: www.gruene-praxis.de



Wieviel Nachhaltigkeit leben Sie bereits in ihrer Praxis?

Das Qualitätssiegel zeigt Ihren Patient:innen, dass ihre Praxis auf nachhaltige Werte setzt und bereits viele Schritte Richtung Umweltfreundlichkeit geht. Die GRÜNE CHECKLISTE hilft Ihnen, ihr grünes Potential festzustellen.

Jetzt GRÜNE PRAXIS werden

Scannen Sie einfach den QR-Code ein und Sie bekommen alle Informationen kostenlos und unverbindlich per mail zugesandt.



Bei erfolgreicher Prüfung der grünen Checkliste erhalten Mitglieder der Aktion Zahnfreundlich das Qualitätssiegel zum Vorzugspreis mit einem Rabatt von 20 % für nur 279 €.



Wir stellen vor: AllerMunde Zahnarztpraxis in Celle

Das Ehepaar Ulrike und Frank Jurzica hat sich 1996 in Celle niedergelassen und 2007 die Praxis in der Wehlstraße 33 gegründet. Gemeinsam mit Dr. Ines de Vries und Dr. Henning Loewié ist daraus zum 1. Januar 2022 die Zahnarztpraxis AllerMunde geworden. Das zahnärztliche Team wird von 15 Mitarbeiterinnen unterstützt. Die gesamte Prophylaxeabteilung – eine DH, eine ZMF, eine ZMV und drei weitergebildete ZFAs – sind alle Mitglieder der Aktion Zahnfreundlich und die „Chefin“, Zahnärztin Ulrike Jurzica, ist seit 2016 AZeV-Vorstandsmitglied. Sie betont: „Das gesamte Team der Zahnarztpraxis AllerMunde Celle ist engagiert, wissbegierig und offen für das Digitale. Gemeinsam übernehmen wir Verantwortung für die Zahn- und Mundgesundheit unserer Patienten. Dass dabei die zahnärztliche Prävention eine wichtige Rolle spielt, versteht sich von alleine.“

AllerMunde Zahnarztpraxis
Ulrike und Frank Jurzica, Dr. Henning Loewié und
Dr. Ines de Vries
Wehlstraße 33
29221 Celle
T: 05141 - 31488
praxis@allermunde.dental





Mit der Zahnfreundlich-App werden Sie Experte/in für zahnfreundliche Ernährung

Fachwissen rund um die Zusammenhänge zwischen **Ernährung und Zahngesundheit** ist essenziell für Praxis und Patient.

Mit der **Zahnfreundlich-App** sind Sie fit für die **professionelle Ernährungsberatung!**

Punkten Sie mit mehr **Wissen** und mehr **Beratungskompetenz!** Nutzen Sie die **ZAHNFREUNDLICH-APP** und sichern Sie sich Ihre persönliche **Qualifizierungs-Urkunde***.

Mehr Infos unter www.zahnmaennchen.de

App für iOS



App für Android



oder direkt bei iTunes und GooglePlay unter Zahnfreundlich

*Die Qualifizierung ist für Mitglieder der Aktion Zahnfreundlich e. V. immer kostenfrei, für Nicht-Mitglieder wird eine Prüfungsgebühr von 30 € erhoben.