

**Kleine Zähne brauchen große Freunde:**

**Der erste Schulkiosk in Berlin mit zahnfreundlichen Süßigkeiten**

Seit rund 20 Jahren engagiert sich die Aktion zahnfreundlich e.V. (Berlin) für die Verbesserung der Zahngesundheit. Im Fokus der Arbeit steht die Kariesprävention bei Kindern, steht aber auch die Aufklärung der Jugendlichen und der Eltern über gesundes Ernährungsverhalten.

Dass Zucker Karies verursacht, weiß heute – theoretisch jedenfalls – fast jedes Kind. Wie dieses Wissen aber praktisch umgesetzt wird, kann man am besten an einem Schulkiosk beobachten: Täglich herrscht hier vor dem Schulbeginn, in den Pausen und nach Schulschluss Hochbetrieb. Ob in türkisch, deutsch oder in einer anderen Sprache, der Wunsch nach Süßem wird je nach Temperament lautstark oder leise verkündet. Dabei scheint Lust der Kinder auf Süßes ebenso groß zu sein wie die Auswahl an zuckerhaltigen Bonbons, Lutschern oder sauer-süßen Fruchtgummis.

Zu einem der vielen Schritte die notwendig sind, um Kinderzähne gesund zu erhalten, gehört der bewusste Umgang mit Zucker. Denn zuviel Süßes kann nicht nur Karies verursachen, sondern auch zu Übergewicht und zu anderen ernsthaften Krankheiten führen. Seit Jahren wird deshalb von engagierten Zahnärzten und erst kürzlich auch vom Bundesgesundheitsministerium gefordert, Schulkioske sollten in die Pflicht genommen werden und zahnfreundliche, zuckerfreie Süßigkeiten führen: „Wir müssen Kindern in ihrem unmittelbaren täglichen Umfeld die Chance geben, Eigenverantwortung zu praktizieren und ihnen auch bei Süßigkeiten kluge Alternativen anbieten.“

Im ersten zahnfreundlichen Schulkiosk in Berlin – und nach unserem Kenntnisstand sogar in ganz Deutschland – wird diese Forderung jetzt umgesetzt: Gleichberechtigt neben anderen Süßigkeiten stehen auf der Verkaufstheke Lutscher, Kaugummis und Bonbons, die nicht nur zuckerfrei sind, sondern die in wissenschaftlichen Tests auch nachgewiesen haben, dass sie garantiert keine Karies verursachen. Erkennen kann man sie an dem roten Gütesiegel „Zahnmännchen mit Schirm“ – ein Logo übrigens, das unabhängig von jeder Sprache ist und Kinder genau so leicht verstehen wie Erwachsene. Statt Zucker enthalten zahnfreundliche Produkte Zuckeraustauschstoffe wie Isomalt, Sorbit, Maltit oder Xylit und Süßstoffe.

Viele Eltern überrascht es, ausgerechnet von Zahnärzten zu hören, dass Kinder auch mal naschen dürfen. Aber jeder weiß, dass ein absolutes Süß-Verbot bei Kindern nicht realistisch ist und deshalb betonen Zahnärzte, dass dies aus ihrer Sicht auch nicht notwendig sei, weil bei der Kariesentstehung ausschlaggebend ist, wie häufig zuckerhaltige Gummibärchen & Co. gegessen werden und wie lange sie im Mund bleiben. Deshalb plädieren sie gemeinsam mit Aktion zahnfreundlich dafür, Kindern kluge Alternativen anzubieten und empfehlen, die Lust auf Süßes zwischendurch mit zuckerfreien, zahnfreundlichen Süßigkeiten zu stillen. Die sind lecker, schaden aber den Zähnen nicht und sparen auch noch ein paar Kalorien ein.

Die Kennzeichnung „zuckerfrei“ oder „hergestellt unter Verwendung des Zuckeraustauschstoffes X“ sagt allerdings noch nichts über die Zahnfreundlichkeit aus! So genannte zuckerfreie Produkte können durchaus Glukose (Traubenzucker), Fruktose (Fruchtzucker), Maltose (Malzzucker) oder Laktose (Milchzucker) enthalten, die letztendlich auch zu Kariesschäden führen. Nur das Zahnmännchen auf der Verpackung gibt die Sicherheit: hier ist garantiert Zahnfreundliches drin.

Gemeinsam mit der Aktion zahnfreundlich beteiligt sich Metin Kitir, der von den Kiez-Kindern liebevoll „Onkel Meta“, genannt wird, am Modellprojekt „Zahngesundheit verbindet“. Das Zahnmännchen kennt der 34-jährige Kioskbesitzer übrigens schon lange: Es ist auf einem Kaugummi aus der Türkei zu sehen und gehört heute bereits zu den „heiß begehrten Rennern“ im Schulkiosk! Auch deshalb steht für ihn fest: Als großer Freund der kleinen Kiezbewohner hält er die Lieblings-Süßigkeiten der Kinder jetzt mit Zahnmännchen bereit.

Mit dem Wissen, dass der „kleine Süßhunger“ nicht nur Kinder verbindet, sondern der Wunsch nach gesunden Kindern mit gesunden Zähnen auch für die Eltern eine große Gemeinsamkeit bedeutet, freuen wir uns bei diesem Modellprojekt einen kleinen Part übernehmen zu können.

**Für Rückfragen:**

Priv.-Doz. Dr. Stefan Zimmer  
1. Vorsitzender  
Heinrich-Heine-Universität – Kieferklinik  
Moorenstr. 5, 40225 Düsseldorf  
T: 0211 811 9880, F: 0211 811 9244  
zimmer@med.uni-duesseldorf.de

Aktion zahnfreundlich e.V.  
Pressestelle: Hedi Peters  
Danckelmannstr. 9  
14059 Berlin  
T: 030 30 12 78 81 F: 030 30 12 78 82  
aktion-zahnfreundlich@t-online.de

**[www.zahnfreundlich.org](http://www.zahnfreundlich.org)**

**Background:**

**Die Aktion zahnfreundlich e.V.:**

1985 gegründet. Anerkannt als gemeinnützig arbeitender Verein.

**Satzungsgemäße Aufgaben / Ziele:**

Förderung der Zahngesundheit / Aufklärung über gesundes Ernährungsverhalten

**Persönliche Mitglieder:**

Über 500 Wissenschaftler, Zahnmediziner, Ärzte, Ernährungsberater, Vertreter der zahnärztlichen Organisationen und der Krankenkassen, Zahnärztliche Prophylaxemitarbeiter, Journalisten

**Firmenmitglieder:**

27 Süßwaren- und Rohstoffhersteller, Partner- und Fördermitglieder

**International:**

Dachorganisation: Toothfriendly International, CH – Basel

Die Aktion zahnfreundlich gibt es in der Schweiz, in Deutschland, der Türkei, in Spanien, Japan und Korea.

**Metin Kitir:**

1971 in der Türkei geboren, lebt seit seiner Kindheit in Deutschland.

Nach der Mittleren Reife absolvierte er eine Ausbildung als Energie-Elektroniker und begann danach ein Mathematik- und Informatik-Studium, das er abbrach „weil ich mit Menschen zu tun haben wollte und Angst davor bekam, nur am Bildschirm zu sitzen“.

1997 übernahm Metin Kitir seinen Kiosk, die Bäckerei „Onkel Meta“, Nehringstr. 11, 14059 Berlin  
Tel. 030 – 322 82 27