

HÄUFIG GESTELLTE PATIENTENFRAGEN

Warum sind Fluoride so wichtig für die Zähne?

Unsere Zähne sind vom Zahnschmelz umgeben, der härtesten Substanz des menschlichen Körpers. Er besteht aus Hydroxylapatit. Dabei handelt es sich um ein Kristall, das Phosphor und Kalzium enthält. Sobald beim Essen Zucker verstoffwechselt wird entsteht Milchsäure. Das bedeutet, dass der Säuregehalt des Speichels steigt und der Zahnschmelz angegriffen wird. Es werden Mineralien herausgelöst und man spricht von Demineralisation. Hier kommen die Fluoride ins Spiel, denn sie helfen unter anderem bei der Remineralisation. |

Fluoride: eine Säule der Prophylaxe

Fluoride gehören zu den vier Säulen der Prophylaxe: zahngesunde Ernährung, systematische Mundhygiene, Schmelzhärtung durch Fluoride, regelmäßige Vorsorge. Fluoride werden einerseits im Zahnschmelz eingelagert und beschleunigen damit die Remineralisation, andererseits fördern sie die schnellere Einlagerung der Kalziumphosphate im Zahnschmelz. Die Verwendung von fluoridhaltiger Zahnpasta hat in der Vergangenheit zu einem erheblichen Rückgang der Karies bei Kindern und Jugendlichen geführt.

Systemische und lokale Fluoridierung

Prinzipiell stehen zwei Arten der Fluoridierung zur Verfügung: die systemische und die lokale Fluoridierung. Zur systemischen Fluoridierung gehören die Einnahme von Fluoridtabletten und die Verwendung bzw. der Genuss von fluoridiertem Mineralwasser oder Speisesalz. Allerdings besitzen sowohl Speisesalz als auch Mineralwasser gleichzeitig eine lokale Wirkung, da sie bei der Aufnahme in den Mund die Zähne umspülen und bereits hier Fluoride im Zahnschmelz eingelagert werden können.

Entscheidend ist das Kariesrisiko

Für den behandelnden Zahnarzt ist es wichtig, frühzeitig eine Fluorid-Anamnese zu erheben. Es sollte nur eine Form der systemischen Fluoridierung vorgenommen werden, um einer Überdosierung vorzubeugen, zumal abweichende Empfehlungen zur Höhe der Dosierung bestehen. Zur lokalen Fluoridierung empfiehlt die DGZMK ab Durchbruch des ersten Zahns einmal täglich die Anwendung einer kleinen Menge fluoridierter Zahnpasta mit 500 ppm Fluoridgehalt. Ab dem zweiten Lebensjahr sollte auf zweimal tägliches Putzen mit einem erbsengroßen Stück fluoridierter Zahnpasta (500 ppm) umgestellt werden. Nach Durchbruch des ersten bleibenden Zahns kann dann der Wechsel zu Erwachsenenzahnpasta mit 1.000 ppm erfolgen. Bei Kindern mit erhöhtem Kariesrisiko kann zusätzlich einmal wöchentlich oder beim Zahnarzt zwei- bis viermal im Jahr Fluoridgelee oder -lack zum Einsatz kommen.

Auf die Dosierung kommt es an

Eine zu hohe Fluoridzufuhr während der Zahnentwicklung kann zu Fluorose führen, die den Zahnschmelz mit unschönen weißlichen bis braunen Flecken durchsetzt. Bei starker Ausprägung kann sie die Schädigung der Schmelzoberfläche verursachen.



Fluoride
fördern schnellere
Einlagerung der
Kalziumphosphate

Nur eine Form
der systemischen
Fluoridierung
auswählen

Überdosierung kann
Fluorose zur Folge
haben