



Aua! Die Zähnchen kommen

**Kriegen Kinder vom Zahnen Fieber?
Oder rote Bäckchen? Helfen Bernsteinketten?**

**Um die ersten Zähnchen ranken sich
viele Mythen. Eine Kinderzahnärztin sagt,
was davon wirklich stimmt**



Unsere Expertin
Dr. Bettina Brem ist Kinderzahnärztin
und hat eine Praxis in München

Bernsteinkette, Gel, Kamillentee oder Veilchenwurzel: Wenn ihr Baby die ersten Zähnchen bekommt und quengelig ist, greifen Eltern nach jedem Strohhalm. Denn Zahnen geht oft mit schlaflosen Nächten einher. „Eltern bekommen dann gute, zuweilen aber auch kaum ernst zu nehmende Ratschläge“, so Dr. Bettina Brem, Kinderzahnärztin in München. Sie erklärt, welche Thesen stimmen.

1 **Bernsteinketten haben beim Zahnen eine heilende Wirkung**
Stimmt nicht „Der Einfluss des Bernsteins auf Zahnungsbeschwerden ist wissenschaftlich nicht bewiesen“, sagt Dr. Bettina Brem. Darüber hinaus ist das Tragen einer Kette für Babys gefährlich. Denn die kleinen Krabblertiere könnten daran hängen bleiben oder auch Perlen verschlucken, wenn die Kette reißt.

2 **Homöopathische Mittel lindern Zahnungsbeschwerden**
Stimmt Zum einen gibt es Komplexmittel, etwa Osanit-Kügelchen oder Escatitona-Tropfen. Zum anderen verfügt die Homöopathie über Mittel, die genau auf bestimmte Symptome abgestimmt sind. Wenn Eltern ihr Kleines genau beobachten, können sie feststellen, welches Mittel für ihr Kind das passende ist.

Belladonna: Die Beschwerden treten plötzlich auf. Das Zahnfleisch schwillt an und ist hochrot. Das Baby hat ein rotes Köpfchen und schwitzt.

Homöopathische Kügelchen und Tropfen helfen, die Schmerzen zu lindern

Ferrum phosphoricum: Das Kleine ist blass, das Zahnfleisch gerötet und geschwollen. Oft kommen leichtes Fieber und Durchfall dazu.

Chamomilla: Das Baby ist reizbar und möchte viel herumgetragen werden. Es schreit heftig und hat grünen, stark riechenden Durchfall. Häufig ist eine Wange rot und die andere blass.

Rheum: Neben Unruhe und Reizbarkeit sind der säuerliche Geruch aller Ausscheidungen und starkes Schwitzen typisch. Legen Sie Ihrem Baby zwei bis drei Globuli in niedriger Potenz, etwa C12, unter die Zunge. Geht es dem Kind zunächst besser, dann aber wieder schlechter, können Sie das Ganze wiederholen oder ihm anschließend zwei bis drei Globuli einer höheren Potenz, zum Beispiel C30, geben. Dies wirkt dann über einen längeren Zeitraum.

3 **Eine Massage des Zahnfleischs kann Wunder wirken**
Stimmt Wenn Sie das Zahnfleisch um den durchbrechenden Zahn herum sanft mit Ihrem sauberen Finger massieren, machen Sie es weich und locker. Der Druck lässt dadurch nach. Zum Massieren des Zahnfleischs eignen sich auch sehr gut spezielle Babyzahnbürsten, zum Beispiel mit Massageborsten.

4 **Zahnpflege ist erst nötig, sobald mehrere Zähne da sind**
Stimmt nicht Beim Essen und Trinken bildet sich Zahnbelag. „Sobald ein Zahn etwa zu zwei Dritteln durchgebrochen ist, sollten Eltern ihn zweimal täglich mit einer Babyzahnbürste und klarem Wasser reinigen, ab einem Jahr dann auch mit Kinderzahnpaste“, empfiehlt die Kinderzahnärztin Dr. Bettina Brem.

5 **Karies ist ansteckend und kann von den Eltern aufs Baby übertragen werden**
Stimmt Die Kleinen haben bei der Geburt noch keine schädlichen Keime im Mund. Die gelangen erst dort hinein, wenn das Baby von Mama oder Papa geküsst wird oder wenn die Eltern den Schnuller oder Löffel ablecken. „Wenn der erste Zahn da ist, können Karieserreger andocken“, sagt Dr. Bettina Brem. „Besonders gefährdet sind frisch durchgebrochene Zahnchen. Denn der Zahnschmelz ist noch besonders weich und nicht so widerstandsfähig.“

6 **Kamillentee lindert die Schmerzen beim Zahnen**
Stimmt Kamille ist bewährt bei rotem, geschwollenem Zahnfleisch. Sie können dem Kind Kamillentee ohne Zucker zu trinken geben und den abgekühlten Tee zusätzlich sanft auf die geschwollenen Stellen tupfen oder einmassieren. ➔

So kommen die **20** Milchzähnen



Als allererste spitzeln in der Regel die beiden unteren Schneidezähne aus dem Zahnfleisch hervor

Bei manchen Babys bricht der erste Zahn mit vier Monaten durch, bei anderen erst mit acht. Meist kommen im Alter von sechs bis sieben Monaten die beiden unteren Schneidezähne. Kurz darauf folgen die beiden oberen. Dann kommt etwa jeden Monat ein weiterer Zahn. Mit einem Jahr hat ein Baby meist sechs bis acht Zähne und zwar je drei bis vier Schneidezähne im Unter- und Oberkiefer. Es folgen bald darauf die vorderen Backenzähne und mit 17 bis 19 Monaten die vier Eckzähne. Wenn das Kind zweieinhalb bis drei Jahre alt ist, brechen die hinteren Backenzähne durch. Das Milchgebiss ist komplett!

In dieser Reihenfolge kommen die Zahnchen

-  6 - 7 Monate
-  9 - 12 Monate
-  14 Monate
-  17 - 19 Monate
-  23 - 26 Monate



7 Zahnen tut nicht weh. Wenn das Baby quengelt, hat es einen anderen Grund

➔ **Stimmt nicht** „Das Durchbrechen des Zahnchens ist ein schmerzhafter Prozess. Das Zahnfleisch ist durch den Druck gereizt und reißt beim Durchbrechen ein“, erklärt Dr. Bettina Brem. „Wie immer bei einer Wunde beginnen auch hier Abwehrzellen mit ihrer Arbeit. Das Zahnfleisch wird stärker durchblutet. Es rötet sich und schwillt an. Dies drückt auf die Nerven im umliegenden Gewebe. Und das verursacht den Schmerz.“

8 Es gibt spezielle, gut wirksame Zahnungshilfen aus der Apotheke

Stimmt Apotheken führen Tropfen und Gels mit Kamille, etwa Dentinox N Zahnungshilfe in Tropfen- oder Gel-Form oder Kamistad Baby Gel. Sie beruhigen das gereizte Zahnfleisch. Manche enthalten allerdings Alkohol und haben eine leicht betäubende Wirkung. „Die Mittel sollten deshalb nur vorübergehend verwendet werden“, rät Dr. Bettina Brem.

9 Babys brauchen beim Zahnen etwas, auf dem sie herumkauen und -beißen können

Stimmt „Es lindert das Spannungsgefühl, wenn das Baby auf etwas Kühlem und Hartem herumkaut“, sagt Dr. Bettina Brem. Ideal ist ein gekühlter, aber nicht gefrorener Beißring. Auch ein in kaltes Wasser getauchter und ausgewrungener Waschlappen kann helfen, ebenso harte Brotrinde, Apfel-, Karotten-, Kohlrabi- oder Gurkenstücke. Aber bitte nie ohne Aufsicht, denn das

10%

der Babys lassen sich Zeit beim Zahnen und bekommen ihren ersten Zahn erst mit zehn Monaten. Doch das ist kein Grund zur Sorge



Extra
TIPP

Viel kuscheln

„Herumtragen, kuscheln, sanft schaukeln und dabei singen: Das tut quengelnden Babys beim Zahnen gut“, hat Dr. Bettina Brem, Mutter von zwei Kindern (7 Monate und 4 Jahre) festgestellt. „Und im Ausnahmefall darf es auch mal ein schmerzstillendes Zäpfchen in niedriger Dosierung sein“, sagt sie.

Kleine könnte sich daran verschlucken. Manche Kinder kauen gern auf dem runden Stiel eines Kochlöffels herum. Schmerzstillend sollen auch Veilchenwurzeln aus der Apotheke wirken. Sie enthalten ätherische Öle und entzündungshemmende Stoffe. Damit sich keine Keime entwickeln, sollten Sie sie nach jedem Gebrauch unter heißem Wasser abbürsten.

10 Zahnen verursacht weder Fieber noch Durchfall

Stimmt nicht Auch wenn Kinderärzte häufig keinen Zusammenhang sehen: Viele Kinder kränkeln, wenn sie Zähne bekommen, sie sind quengelig und unruhig. Und dafür gibt es durchaus plau-

sible Gründe. „Zahnende Kinder sabbern verstärkt und stecken die Fäustchen in den Mund“, weiß Dr. Bettina Brem. „Dadurch gelangen vermehrt Keime in Hals, Nase, Bronchien und in den Magen-Darm-Bereich. Es kann zu Infekten mit leichtem Fieber, zu Durchfall und dadurch zu Wundsein kommen.“ Außerdem ist Zahnen anstrengend und schwächt das Immunsystem. Das Kleine wird anfälliger für Infekte. Natürlich kann auch etwas anderes dahinter stecken. Wenn Ihr Kind hohes Fieber oder Durchfall hat, zur Sicherheit den Arzt fragen.

11 Oft haben Babys beim Zahnen keinen Appetit

Stimmt „Das Kauen kann wehtun und das Baby isst dann automatisch weniger“, sagt Dr. Bettina Brem. Das kann sich zu einem fatalen Kreislauf entwickeln. Denn wenn das Kleine nicht satt wird, weint es nicht nur, weil es Schmerzen hat, sondern auch vor Hunger. Am besten in dieser Phase ist kühle Nahrung, etwa ein Joghurt für Babys. Wichtig ist, dass das Kind genügend Flüssigkeit zu sich nimmt. Wenn es gar nichts essen und trinken mag, können Eltern betäubendes Zahnungsgel oder -tropfen benutzen.

12 Rote Bäckchen haben nichts mit dem Zahnen zu tun

Stimmt nicht „Zahnende Kinder haben hochrote Bäckchen. Sie werden deshalb auch oft Zahnungsbäckchen genannt. Das hängt mit der stärkeren Durchblutung beim Zahnen zusammen“, erklärt die Kinderzahnärztin Dr. Bettina Brem. Der Körper pumpt nun mehr Blut in die Kiefer-Mund-Wangen-Region und das kann man sehen.

TERESA SCHIFFER



Noch mehr Infos

Wissenswertes rund ums Zahnen und die richtige Zahnpflege finden Sie im Internet unter www.milchzahnseite.de und www.prodente.de