

Oh, wie süß!

Die Gefahr aus der Nuckelflasche – frühkindliche Karies durch Fehlernährung

Marie sitzt ernst und schweigsam abseits der Gruppe, Hassan möchte an der lustigen Plaqueanfärbeaktion in der Kita nicht teilnehmen. Beide Kinder haben ein Problem: Sie möchten ihre schwarzen Zahnstummel nicht zeigen. Sie möchten nicht wieder gehänselt und ausgelacht werden. Hassan und Marie leiden an der „frühen Milchzahnkaries“, die nach Durchbruch der ersten Milchzähne bis zum Alter von etwa fünf Jahren auftritt und als häufigste chronische Erkrankung im Kleinkindalter bezeichnet werden kann.

Eine besonders dramatische Form der frühkindlichen Karies stellt die Nuckelflaschenkaries (nursing bottle syndrome) dar. Es handelt sich hierbei um eine früh auftretende, sehr rasch verlaufende, umfangreiche kariöse Milchzahnzerstörung, die zunächst die oberen Schneidezähne und Eckzähne betrifft, sich später aber auch auf andere Zahngruppen ausdehnen kann.



Auslöser für diese folgenschwere Erkrankung ist die häufige und langanhaltende Zufuhr süßer und/oder säurehaltiger Getränke (z.B. Babytees, Säfte, Apfelschorle, Kakao...) mittels Saugerflaschen. Durch den Saugvorgang werden die oberen Schneidezähnen, die gerade erst in die Mundhöhle eingewachsen und noch nicht ausreichend mineralisiert sind, extrem häufig und langzeitig von kariogenen Flüssigkeiten umspült. Die Schadwirkung wird noch verstärkt, wenn die Zufuhr in nächtlichen Wachphasen und/ oder beim Einschlafen erfolgt (Prof. Wenzel), da während der Schlafenszeit die natürliche Verdünnung durch den Speichel fast völlig zum Erliegen kommt. „Kinder, die nachts die Nuckelflasche erhalten, weisen 10x mehr Karies auf als Kinder, die die Flasche seltener oder nie erhalten“ (Dr. Strippel).

Begünstigt wird dieses sich zwischen dem sechsten und neunten Säuglingsmonat entwickelnde suchtartige Trinken durch das vielfältige Angebot an leichten Plastikflaschen, die dem Kind zur Selbstbedienung überlassen werden. In einigen Familien gehört es sogar zum abendlichen Ritual, eine Beruhigungsflasche als „Einschlafhilfe“ mit ins Bett zu geben. Gerade bei „Schreikindern“ kann die Flaschengabe aber das Gegenteil bewirken: Nächtliches Aufwachen, Schreien und Gabe der Beruhigungsflasche führt zur psychischen Gewöhnung. Das Baby fragt die Flasche immer häufiger nach und wird dadurch noch unruhiger. Das gewünschte Durchschlafen wird jedoch durch die permanente Flüssigkeitsgabe verhindert.

Auch hat sich durch die ständige Verfügbarkeit der Kunststoffflaschen (Halterungen am Buggy, am Autokindersitz usw.) die Nuckelflasche zum „Alltagsbegleiter“ entwickelt. Besonders in kinderreichen Familien überlassen „überforderte Mütter“ gewohnheitsmäßig die Flasche ihren quengelnden Kleinkindern zur Beschäftigung und Beruhigung. Dabei erfolgt die Saugerflaschengabe mehr auf Initiative der Eltern, als vom Kind gefordert. Zuckerstoffe haben zwar eine gewisse ruhigstellende Wirkung, aber die Vorliebe für Süßes kann regelrecht angewöhnt werden.

Stillen ist die natürliche und beste Ernährung für den Säugling und sollte möglichst bis zum vollendeten vierten, besser noch bis zum sechsten Monat als einzige Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr dienen und mit der Beikostfütterung allmählich reduziert werden. Da der Milchzuckergehalt von Muttermilch höher ist als der von Kuhmilch, kann auch Stillen Karies verursachen. „Stillen auf Anforderung“ oder Einschlafen an der Mutterbrust über eine längere Zeit hinweg nach dem Zahndurchbruch kann ebenfalls zu den obengenannten Frontzahnzerstörungen führen.

Die Saugerflasche ist ein Symbol für das Kleinkindalter. Ein Baby, das eigenständig die Flasche hält, wird als niedlich oder „süß“ angesehen und oft in der Werbung als Motiv eingesetzt. Das Festhalten an der Flaschengabe kann möglicherweise auch als Versuch angesehen werden, das Säuglingsalter künstlich zu verlängern.



In den letzten Jahrzehnten konnte dank umfangreicher Prophylaxebemühungen im Bereich Zahnpflege und Fluoridierung die Mundgesundheit von Kindern und Jugendlichen deutlich verbessert werden. Hingegen hat die durch nuckelnde Nahrungsaufnahme entstehende Kariesform kontinuierlich zugenommen. „Mittlerweile kann man davon ausgehen, dass je nach Sozialgefüge der Wohnbevölkerung in Deutschland bereits zwischen sechs und 15 Prozent aller Kindergartenkinder betroffen sind“. (Prof. Wetzel, Kinderzahnheilkunde, Uni Gießen)

Der Anteil kann laut einer Studie von Dr. med. dent. Harald Strippel, (Medizinischer Dienst der Spitzenverbände der Krankenkassen, MDS) sogar auf einen Anteil von 32 bis 38 Prozent bei 5- Jährigen in sozialen Brennpunkten steigen. Das Risiko, an der Nuckelflaschenkaries zu erkranken ist bei Kindern aus Familien mit niedrigen sozioökonomischen Standards und aus Migrantenfamilien deutlich erhöht. Möglicherweise spielt dabei ein Defizit an Ernährungs- und Mundgesundheitswissen eine wichtige Rolle. Aber auch Eltern, die die Bedeutung der Milchzähne kennen und die bis vor einigen Jahren die ausschließlich empfohlene Tablettenfluoridierung (Kombinationsprophylaxe gegen Rachitis und Karies) durchführten, sehen sich mit der Nuckelflaschenkaries konfrontiert. Auch sieht Prof. Wenzel ein noch so gründliches elterliches Putzen der Milchzähne vor dem Schlafengehen als sinnlos an, wenn unmittelbar danach die mit zuckriger oder säurehaltiger Trinkflüssigkeit gefüllte „Einschlafhilfe“ überreicht wird.

Die medizinischen und psychosozialen Folgen für die betroffenen Kinder sind weitreichend: Sie leiden unter Schmerzen, Vereiterungen, erhöhter Infektanfälligkeit, vermehrten Durchfällen, Appetitlosigkeit, Fehlernährung Schlafstörungen, Beeinträchtigung des Kauens und Sprechens (Probleme bei der S- und Zischlautbildung). Die zahnärztliche Behandlung ist für den kleinen Patienten sehr belastend und lässt sich häufig nur unter Intubationsnarkose

durchführen. Dies ist nicht nur personal- und kostenintensiv, sondern stellt auch bei Kleinkindern ein medizinisches Risiko dar. Ist die Karies weit fortgeschritten oder haben sich bereits eitrige Prozesse entwickelt, müssen die Milchzähne entfernt werden. Zur Wiederherstellung der Kau- und Sprechfunktion, zur Vermeidung von Zahnfehlstellungen und psychischen Belastungen ist nicht selten eine Zahnprothese schon im Vorschulalter erforderlich.

Frühkindliche Karies und besonders die Variante der Nuckelflaschenkaries sind die Folge aus vermeidbaren Einflüssen einer Fehlernährung.

Für Schwangere und Eltern von Säuglingen bis zum ersten Lebensjahr lassen sich folgende Empfehlungen zur Vorbeugung geben (aus: Dr. Strippel, Infoblatt für Eltern: „Babys Zähne gut gepflegt – richtiges Trinken hilft dabei“):

- In den ersten vier bis sechs Lebensmonaten ist es das Beste für Ihr Baby, wenn Sie es voll stillen.
- Bringen Sie Ihr Kind mit Liebe ins Bett, *nicht* mit der Nuckelflasche.
- Ein Schnuller ist für Säuglinge in den ersten ca. 10 Monaten oft nützlich. Sie haben noch ein hohes Saugbedürfnis.
- Dem Kind keine Plastik-Nuckelflaschen zur Selbstbedienung überlassen. Dauernuckeln von süßen Flüssigkeiten wie Obst- und Gemüsesäfte (auch verdünnte Säfte), Fruchtsaftzubereitungen, Kakao, gesüßte Tee usw. zerstören die Zähne
- Leitungswasser, Mineralwasser und ungesüßter Tee sind die besten Durstlöcher.
- Sobald Ihr Kind sitzen kann, helfen Sie ihm, aus einer Tasse zu trinken. Spätestens ab dem ersten Geburtstag sollte Ihr Kind nur noch aus dem Becher oder der Tasse trinken.
- Kinder brauchen für Ihr Wohlbefinden nicht dauernd süße Zwischenmahlzeiten und Getränke. Lieber kleingeschnittenes Obst oder Gemüse zum Knabbern geben. Das ist gesund und regt das Kauen an.
- Zahnpflege sollte schon ab dem ersten Milchzahn beginnen und zwar einmal am Tag mit einer fluoridhaltigen Kinderzahnpaste (höchstens eine erbsengroße Portion). Nach dem zweiten Lebensjahr erfolgt dies zweimal täglich. Verwenden Sie zum Kochen Speisesalz mit Jod und Fluorid.
- Die Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde empfiehlt, Kleinkinder spätestens nach dem ersten Lebensjahr erstmalig dem Zahnarzt vorzustellen, damit rechtzeitig Frühstadien der Milchzahnkaries erkannt und unkompliziert behandelt werden können.

Was ist schöner als ein Kinderlachen? Geben Sie Ihrem Kind die Chance, wieder fröhlich lachen zu können.