

Der erste Zahnarztbesuch



© KZBV/Lopata

Spätestens, wenn alle Milchzähne durchgebrochen sind, also mit ca. 2-3 Jahren, ist es soweit: Der erste Zahnarztbesuch steht an. Hier einige Tipps, wie Sie Ihr Kind und sich auf den ersten Untersuchungstermin gut vorbereiten können.

Frühzeitige Schnupperbesuche

Je früher Sie Ihr Kind mit der Zahnarztpraxis vertraut machen, desto besser. Deshalb sollten Sie dem Kind schon vor dem ersten eigenen Termin Zeit geben, sich an die Atmosphäre in der Praxis zu gewöhnen. Nehmen Sie es mit, wenn Sie selbst einen Kontrolltermin haben oder nur einen kleinen Eingriff erwarten. So lernt es die ungewohnte Umgebung kennen und macht positive erste Erfahrungen, es lernt, dass ein Zahnarztbesuch zum normalen Leben gehört.

Spielerische Vorbereitung zuhause

Bereiten Sie den Zahnarztbesuch als Spiel vor. Lassen Sie sich vom Kind in den Mund gucken oder auch die Zähne "putzen". Zählen Sie die Zähne vor. Auch Bilderbücher zum Thema eignen sich zur Einstimmung. Erzählen Sie dem Kind, wie der Besuch ablaufen wird, auch wenn es noch nicht alles versteht. Vermeiden Sie auf jeden Fall Äußerungen wie "Es tut nicht weh." Oder „ Du musst keine Angst Haben.“ Kinder spüren sofort, dass es doch weh tun kann.



© KZBV

In der Praxis

Planen Sie genügend Zeit ein und kommen Sie lieber etwas zu früh. Gerade kleine Kinder wollen ausreichend Zeit haben, alles zu "entdecken". Begleiten Sie das Kind in das Behandlungszimmer. Dort kann es sich mit dem Zahnarzt und seinen Instrumenten vertraut machen. Beim ersten Termin wird in der Regel nur untersucht, die Zahnentwicklung und die Mundgesundheit des Kindes beurteilt. Falls Ihr Kind sich weigert, den Mund aufzumachen, reden Sie ihm ruhig zu. Kleine Kinder dürfen dabei auch gerne auf den Schoß der Mutter / des Vaters sitzen. Sie fühlen sich dann geborgener. Ungeduld oder gar Kritik sind nicht angebracht, schließlich soll das Kind die Praxis mit einem positiven Gefühl verlassen - dann klappt die Untersuchung beim nächsten Mal besser.

Wir werden alles versuchen, es dem Kind so angenehm wie möglich zu machen, um eine Vertrauensbasis aufzubauen. Dabei sind wir auf Ihre Mithilfe angewiesen: Lassen Sie Ihr Kind auf Fragen antworten und halten Sie sich besonders zurück, falls Sie selbst unruhig oder ängstlich sind (was ja beim Zahnarzttermin vorkommen soll). Reden Sie nicht über ihre eigene angst, die Sie beim Zahnarzt haben / früher hatten.

Wie oft soll ein Kind zum Zahnarzt?

Solange das Kind Milchzähne besitzt, empfehlen wir im Abstand von 3 Monaten eine Kontrolluntersuchung. Das Kind soll möglichst oft angenehme Zahnarztbesuche gemacht haben, ehe die erste kleine Karies gefunden wird. Jetzt hat das Kind für die erste Behandlung genügend Vertrauen aufgebaut und der Defekt wäre noch sehr klein.

Was mache ich, wenn mein Kind Zahnschmerzen hat?

Dann bringen Sie Ihr Kind sofort zum Zahnarzt. Wenn das Kind von klein auf an die zahnärztlichen Untersuchungen gewöhnt ist, wird es einer Behandlung nicht mit Schrecken entgegensehen. Allein schon deshalb ist es wichtig, dass der erste Kontakt zum Zahnarzt nicht erst dann stattfindet, wenn eine Schmerzbehandlung erforderlich ist.

Bereiten Sie ihr Kind auf die Behandlung vor. Erklären Sie ihm den Ablauf ohne in die Details zu gehen. Vermeiden Sie, Ängste zu schüren oder falsche Versprechungen wie "Der Bohrer kitzelt nur". Sprechen Sie nur vom Zahn sauber machen, reparieren, Loch zumachen und dass der Zahn sich schon darauf freut, wieder sauber und gesund zu werden.

Besser ist, es gar nicht erst soweit kommen zu lassen. Nutzen Sie die zahnärztlichen Früherkennungsuntersuchungen. Bei regelmäßigen Kontrollen müssen Zahnschmerzen nicht sein!