



WISSEN KOMPAKT

Mundgesundheit

**Booklet
jetzt gratis
in Ihrer Drogerie**

Inhalt

Leseprobe

- Erstaunlich **4** Milchzähne **5**
Zahnteufelchen **6** Zahnfleischschmerzen **7**
Ernährung **8** Richtig Zähneputzen **9**
Zahnbürste, -paste, -seide **10**
Kinderzahnpflege **11** Die «Dritten» **12**
Kussfrischer Atem **13** Mundtrockenheit **15**
Impressum **16**

**Das Rezept ist simpel:
Regelmässig pflegen und schützen.**



Mund auf und staunen

Der Inbegriff eines gesunden Mundes sind schöne Zähne. Mundgesundheit heisst aber auch, Zahnfleisch, Zunge und Schleimhaut zu pflegen. Das ist wichtig, denn es geschieht Erstaunliches in unserem Mund:

- Beim Kauen muss der Halteapparat der Zähne im Bereich der Backenzähne eine Kraft von nahezu 1000 Newton aushalten. Dies entspricht der Kraft, die es braucht, um etwa 100 Kilogramm zu heben.
- Die Zahnkrone, jener Teil des Zahns, der frei in die Mundhöhle ragt, ist vom Schmelz überzogen. Der Zahnschmelz ist die härteste Substanz überhaupt in unserem Körper.
- Die Zähne leben, auch wenn wir normalerweise nichts davon spüren. Die Zahnhöhle im Zentrum der Zahnkrone enthält Nerven und Blutgefässe. Deshalb kann ein Zahn auch nach Aufhören des Wachstums Zahnbein, das den Hauptbestandteil des Zahns ausmacht, ersetzen (nicht aber Schmelz).

- Die Ohrspeicheldrüsen, die Untertongen- und die Unterkieferdrüsen sondern pro Tag ungefähr 1,5 Liter Speichelflüssigkeit ab. Zum Kauen von 100 Gramm trockenem Gebäck benötigen wir fast 0,5 Liter Speichel.
- Die Zungenoberfläche ist in Geschmackszonen unterteilt. Auf der Zungenspitze erkennen wir süss, an den vorderen Zungenrändern salzig, an den hinteren Zungenrändern sauer, am Zungengrund (hinterer, fixierter Teil der Zunge) bitter.

Quelle: Dr. Paul Walder, «Bau und Funktionen unseres Körpers», Lehrmittelverlag des Kantons Zürich, 1987



Von Beisserchen und bleibenden Zähnen

Leseprobe

Die Entwicklung der Zähne beginnt bereits beim Ungeborenen, wenn sich zwischen der sechsten und achten Schwangerschaftswoche im winzigen Kiefer Zahnleisten ausbilden, in denen die Keimanlagen für zwanzig Milchzähne entstehen. Ab dem vierten Schwangerschaftsmonat produzieren die Zahnknospen die Zahnhartsubstanz (Schmelz und Dentin, auch Zahnbein genannt), sodass bei der Geburt alle zwanzig Milchzahnkronen fixfertig im Kiefer des Babys bereitstehen.

Babys mit Biss

Eines von 2000 Kindern kommt bereits mit einem oder mehreren Zähnen zur Welt.

Normalerweise erfolgt der Durchbruch des ersten Zahns beim Säugling zwischen dem vierten und dem achten Lebensmonat, beim dreijährigen Kind sind in der Regel alle zwanzig Milchzähne vorhanden. Das Dauergebiss des Erwachsenen besteht normalerweise aus insgesamt 32 Zähnen, in jeder Kieferhälfte je zwei Schneidezähne, ein Eckzahn und fünf Backenzähne (inklusive ein Weisheitszahn). Trotz unterschiedlicher Formen sind alle Zähne gleich aufgebaut.