

Deshalb folgende Hinweise:

- Putzen Sie mindestens zweimal am Tag gründlich die Zähne, und zwar nach dem Essen.
- Besteht keine Möglichkeit zur Zahnpflege mit Zahnbürste und Zahnpasta, so spülen Sie wenigstens Ihren Mund mit klarem Wasser. Die Benutzung eines zuckerfreien Kaugummi kann in dieser Situation ebenfalls hilfreich sein.
- Vermeiden Sie häufigen Zuckergenuss (vor allem zuckerhaltige Zwischenmahlzeiten). Nach dem Genuss zuckerhaltiger Speisen empfiehlt sich eine sofortige Zahnreinigung.
- Sorgen Sie für eine ausreichende Fluoridierung der Zähne. Der Gebrauch einer fluoridhaltigen Zahnpasta sollte selbstverständlich sein. Bei Klein- und Schulkindern empfiehlt sich eine zusätzliche Gabe von Fluoridtabletten oder die Verwendung von Fluoridspüllösungen oder Fluoridgelee. Am besten versorgen Sie die ganze Familie mit ausreichend Fluorid, indem Sie im Haushalt fluoridiertes Jodspeisesalz verwenden.
- Achten Sie neben der Zahnpflege auch auf eine regelmäßige Pflege der Zahnzwischenräume zur Vermeidung von

Erkrankungen des Zahnfleisches und des Zahnhalteapparates. Viele Menschen leiden unter einer Gingivitis. Das ist eine Zahnfleischentzündung, die in der Regel durch verbesserte Mundhygiene beseitigt werden kann. Aus einer Gingivitis kann eine Parodontitis werden; dies ist eine Entzündung des Zahnhalteapparates, die zur Zahnlockerung und möglicherweise zum Zahnverlust führt. Eine Parodontitis beginnt meist mit einer Entzündung des Zahnfleisches durch Zahnbelag am Zahnfleischrand. Wird dieser nicht entfernt, bilden sich sogenannte Zahnfleischtaschen, in denen sich Ablagerungen und Bakterien sammeln. Durch die entzündliche Reaktion des Körpers zur Bekämpfung dieser „Eindringlinge“ wird der Zahnhalteapparat angegriffen. Mittlerweile ist bekannt geworden, dass für das Entstehen einer Parodontitis dem Rauchen eine noch höhere Bedeutung als der Mundhygiene zuzumessen ist. Weitere Risikofaktoren sind Stress und bestimmte Krankheiten wie Diabetes und Osteoporose. Parodontitis kann auch durch eine besondere genetische Anfälligkeit und durch besondere Bakterienarten verursacht werden. Dann ist die Erkrankung durch sorgfältige Zahnpflege allein nicht mehr in den Griff zu bekommen. Bei Parodontitis bedarf es professioneller Hilfe eines parodontologisch orientierten Zahnarztes. Die Krankenversicherung trägt die Kosten der eigentlichen Parodontalbehandlung. Der Versicherte hat jedoch die Kosten der Vorbehandlung und der dauerhaften Nachsorge selbst zu tragen. Die Nachsorge besteht in regelmäßig wiederholten Reinigungen der Zahnfleischtaschen, was für den langfristigen Erfolg ausschlaggebend ist.

- Gehen Sie mindestens einmal pro Jahr zum Zahnarzt, bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres zweimal pro Jahr. Mit einer Dokumentation des (halb-) jährlichen Zahnarztbesuches im Bonusheft sichern Sie sich einen erhöhten Zuschuss zum Zahnersatz, falls dessen Anfertigung trotz sorgfältiger Zahnpflege einmal notwendig werden sollte.

Die Vorsorgeleistungen der LKK sind umfassend und kostenfrei. Bietet Ihnen der Zahnarzt darüber hinaus weitere Maßnahmen an, überprüfen Sie deren Notwendigkeit sehr sorgfältig. Sollten Sie auf solche Angebote eingehen, sind dies Privatleistungen, die von allen gesetzlichen Krankenkassen nicht erstattet werden dürfen.

In Zweifelsfällen wenden Sie sich rechtzeitig vor Abschluss eines entsprechenden Behandlungsvertrages an Ihre LKK. Wenn Sie Fragen haben, sind wir Ihnen gern behilflich.



Kontakt

Landwirtschaftliche Krankenkasse Schleswig-Holstein und Hamburg

Schulstraße 29
24143 Kiel
Telefon 0431 7024-0
Fax 0431 7024-6120
E-Mail post@kiel.lsv.de

Landwirtschaftliche Krankenkasse Niedersachsen-Bremen

Im Haspelfelde 24
30173 Hannover
Telefon 0511 8073-0
Fax 0511 8073-498
E-Mail info@nb.lsv.de

Landwirtschaftliche Krankenkasse Nordrhein-Westfalen

Hoher Heckenweg 76-80
48147 Münster
Telefon 0251 2320-0
Fax 0251 2320-554
E-Mail mailbox@nrw.lsv.de

Landwirtschaftliche Krankenkasse Hessen, Rheinland-Pfalz und Saarland

Bartningstraße 57
64289 Darmstadt
Telefon 06151 702-0
Fax 06151 702-1260
E-Mail info.da@hrs.lsv.de

Land- und forstwirtschaftliche Krankenkasse Franken und Oberbayern

Dammwäldchen 4
95444 Bayreuth
Telefon 0921 603-0
Fax 0921 603-386
E-Mail kontakt@fob.lsv.de

Land- und forstwirtschaftliche Krankenkasse Niederbayern/Oberpfalz und Schwaben

Dr.-Georg-Heim-Allee 1
84036 Landshut
Telefon 0871 696-0
Fax 0871 696-488
E-Mail lsv@landshut.lsv.de

Landwirtschaftliche Krankenkasse Baden-Württemberg

Vogelrainstraße 25
70199 Stuttgart
Telefon 0711 966-0
Fax 0711 966-2140
E-Mail post@bw.lsv.de

Landwirtschaftliche Krankenkasse Mittel- und Ostdeutschland

OT Hönow
Hoppegartener Straße 100
15366 Hoppegarten
Telefon 03342 36-0
Fax 03342 36-1230
E-Mail mail@mod.lsv.de

Krankenkasse für den Gartenbau

Frankfurter Straße 126
34121 Kassel
Telefon 0561 928-0
Fax 0561 928-2486
E-Mail info@gartenbau.lsv.de



Herausgeber:
Spitzenverband der
landwirtschaftlichen Sozialversicherung
Weißensteinstraße 70-72
34131 Kassel
www.lsv.de

Stand: 7/2011

Landwirtschaftliche Krankenversicherung

Zahn- und Mundgesundheit

Die gesetzlichen Krankenkassen haben sich dem Motto:

„Vorbeugen ist besser als Heilen“

verschieden. Im Zusammenhang mit der Zahn-/Mundgesundheit kann man auch sagen:

„Vorbeugen ist besser als Bohren“.

Deshalb bieten die Landwirtschaftlichen Krankenkassen (LKKen) ihren Versicherten umfassende Vorsorgemaßnahmen an. Die Vorsorge beginnt bereits während der Schwangerschaft und setzt sich bis zum Lebensende fort. Die Maßnahmen zur Erhaltung der Zahn-/Mundgesundheit werden kostenfrei zur Verfügung gestellt. Bei den Ärzten/Zahnärzten reicht die Vorlage der Krankenversichertenkarte aus.

Nachfolgend geben wir einen Überblick über die von den gesetzlichen Krankenkassen finanzierten Maßnahmen sowie über die Art der Eigenvorsorge:

Zahn-/Mundgesundheit bei Schwangeren

Während der Schwangerschaft brauchen Zähne und Zahnfleisch aufgrund der hormonellen Umstellung des Körpers eine besondere Betreuung. Viele schwangere Frauen leiden an einer Zahnfleischentzündung. Achten Sie deshalb in dieser Zeit auf eine besonders gründliche Mundhygiene.

Falls diese Probleme bei Ihnen auftreten, suchen Sie rechtzeitig einen Zahnarzt auf. Teilen Sie Ihrem Zahnarzt bereits bei der Terminabsprache bzw. vor der Behandlung mit, dass Sie schwanger sind. Wenn während der Schwangerschaft Füllungen an den Zähnen erforderlich sind, verwendet der Zahnarzt ein für die Schwangere und das ungeborene Kind unschädliches Füllmaterial.

Ihr Zahnarzt gibt Ihnen auch sinnvolle Tipps für eine ausgewogene Ernährung, die ebenfalls sehr wichtig ist.

Rat an die werdende Mutter: Nehmen Sie sich schon in der Schwangerschaft vor, Ihr Baby sechs Monate voll zu stillen. Schließlich ist die Muttermilch die bestmögliche Ernährung für das Kind. Außerdem ist das Stillen auch für die Zähne/Zahnentwicklung am besten.

Zahn-/Mundgesundheit bei Säuglingen und Kleinkindern bis drei Jahren

Nach der Geburt ihres Kindes erhalten die Eltern im Rahmen der Kinder-Früherkennungsuntersuchungen (U 3 bis U 7, dokumentiert im gelben Untersuchungsheft) vom Arzt Hinweise zur Mundgesundheit, zur Mundhygiene, zur zahnschonenden Ernährung und zur Zahnpflege des Kindes. Außerdem sorgen die Ärzte dafür, dass im frühen Kleinkindalter die Fluoridprophylaxe ggf. zusammen mit der Vitamin-D-Gabe eingeleitet bzw. fortgeführt wird.

Wichtige Empfehlungen an die Eltern:

- Stellen Sie rechtzeitig von flüssiger und breiiger auf feste, zahn-gesunde Nahrung um.
- Bei fast allen Kindern sind die Milchzähne gesund, wenn sie in die Mundhöhle durchbrechen. Achten Sie dann auf richtige und systematische Zahnpflege. Zunächst übernehmen Sie selber die Zahnpflege, indem Sie nach dem Essen mit einem Wat-testäbchen Milchzähne und Zahnfleischrand bei Ihrem Kind reinigen. Milchzähne sind wichtig für das Kauen, Sprechen und halten den Platz für die nachfolgenden Zähne frei.
- Machen Sie Ihr Kind so früh wie möglich – spielerisch – mit dem Gebrauch einer Kinderzahnbürste vertraut.
- Erziehen Sie Ihr Kind nicht zum Dauernuckler. Verwenden Sie die altbewährte Glasflasche statt der Plastknuckelflasche. Stellen Sie Ihr Kind baldmöglichst auf das Trinken aus einer (Schnabel-) Tasse ein.
- Geben Sie Ihrem Kind keine zucker- oder säurehaltigen Getränke. Verwenden Sie am besten ungesüßte Tees oder Mineralwasser.

Zahn-/Mundgesundheit im Kindergartenalter

Nach Vollendung des dritten Lebensjahres besucht ein Großteil der Kinder einen Kindergarten. Dort nehmen die Kinder in der Re-

gel an den Maßnahmen der Gruppenprophylaxe teil. Hier werden die Kinder untersucht und erfahren in Gruppen alles Wissenswerte über optimale Zahnpflege und sinnvolle Schutzmaßnahmen gegen Zahnerkrankungen. Zu Hause sollten dann alle notwendigen Maßnahmen unter Anleitung der Eltern wiederholt und regelmäßig eingeübt werden.

Ist die Gruppenprophylaxe im Kindergarten noch nicht eingeführt, besteht die Möglichkeit, an zwei zahnärztlichen Früherkennungsmaßnahmen in der zahnärztlichen Praxis teilzunehmen. Sofern diese Kinder verstärkt zur Karieserkrankung neigen, besteht die Möglichkeit, eine dritte Untersuchung beim Zahnarzt durchführen zu lassen.

Zahn-/Mundgesundheit bei Schulkindern

Nach dem Eintritt in die Schulen werden in den meisten Städten und Gemeinden die aus dem Kindergarten bereits bekannten Informationen zur Zahn-/Mundgesundheit und entsprechende Zahnputzübungen in altersgerechter Form weitergeführt. Bei den sogenannten „Reihenuntersuchungen“ werden behandlungsbedürftige Zähne festgestellt, und es erfolgt eine Überweisung in die zahnärztliche Praxis. Unabhängig von festgestellten Zahnschäden wird nach Durchbruch der hinteren bleibenden Backenzähne eine Versiegelung der Kauflächen mit Kunststoff (Fissurenversiegelung) empfohlen. Im Rahmen der Gruppenprophylaxe werden auch die notwendigen Fluoridierungsmaßnahmen durchgeführt, sei es in Form von Spülungen mit einer fluoridhaltigen Lösung, Zähneputzen mit Fluoridgelee oder Touchierung mit Fluoridlack. Maßnahmen der Gruppenprophylaxe werden für Kinder bis zum 12. Lebensjahr durchgeführt; in Schulen und Behinderteneinrichtungen, in denen das Kariesrisiko überproportional hoch ist, bis zum 16. Lebensjahr.

Soweit der Ausbau der Gruppenprophylaxe noch nicht flächendeckend alle Schulen erfasst, können die versicherten Kinder auch halbjährlich an entsprechenden Maßnahmen in der zahnärztlichen Praxis teilnehmen (Individualprophylaxe für Kinder vom 6. bis 18. Lebensjahr). Die gleiche Möglichkeit haben versicherte Kinder mit erhöhtem Kariesrisiko.

Allgemeine Hinweise zur Zahn-/Mundgesundheit

Der Erhalt der Zahn-/Mundgesundheit ist wichtig – sie trägt zum allgemeinen Wohlbefinden bei. Alle Vorsorgeangebote der LKK können nur dann erfolgreich sein, wenn Sie sich selbst um Ihre Zahn-/Mundgesundheit bemühen; ohne eigene Mitwirkung bleiben die Zähne nicht gesund.

