



# Informationsstelle für Kariesprophylaxe

Vorstellung

Kariesprophylaxe

Wissenschaft + Praxis

Newsletter

Presseinformationen

Broschüren

Service

Intern

Kontakt

Impressum

Startseite

## P R E S S E I N F O R M A T I O N

### Wie viel Fluorid darf es sein? IfK-Empfehlungen zur Kinderzahngesundheit

**IfK-Empfehlungen zur Fluoridaufnahme für Säuglinge und Kinder bis sechs Jahre / Hohe kariespräventive Wirkung von fluoridiertem Speisesalz in Kombination mit fluoridhaltiger Zahnpasta / Übersicht zur Fluoridzufuhr unter [www.kariesvorbeugung.de](http://www.kariesvorbeugung.de)**

*Frankfurt am Main, 25. September 2008 (ifk)* - Die Informationsstelle für Kariesprophylaxe (IfK) des Deutschen Arbeitskreises für Zahnheilkunde (DAZ) e.V. hat zusammen mit dem Sprecher des wissenschaftlichen Beirats, Professor Dr. Stefan Zimmer, aktuelle Empfehlungen zur Fluoridaufnahme für Säuglinge und Kinder bis sechs Jahre ausgesprochen. Hintergrund sind Anfragen und Verunsicherung von Eltern, Pädagogen sowie von Kinder- und Zahnärzten. Diese beziehen sich auf die Fluoridmengen, die Kinder täglich ohne Risiko der Entwicklung einer Dentalfluorose aufnehmen dürfen beziehungsweise zur Kariesprophylaxe aufnehmen sollen. Über den aktuellen IFK-Newsletter auf der Website [www.kariesvorbeugung.de](http://www.kariesvorbeugung.de) kann die entsprechende Übersichtstabelle abgerufen werden. Dabei hat die IFK die empfohlene tägliche Fluoridmenge der Aufnahme durch Nahrung, Wasser, fluoridhaltige Zahnpasta, Jodsalz mit Fluorid und Fluoridtabletten gegenübergestellt. Die Kombination von fluoridhaltiger Zahnpasta mit fluoridiertem Speisesalz erreicht in fast allen Altersgruppen eine hohe kariespräventive Wirkung.

Kurzfassung (1.040 Zeichen inklusive Leerzeichen)

Während Fluorid in einer altersentsprechenden Dosierung als ein wirksames Mittel zur Kariesprophylaxe (Fluoridierung) angesehen wird, besteht bei Zufuhrmengen von täglich mehr als 50 bis 70 µg pro kg Körpergewicht bis zum Alter von sechs Jahren die Gefahr der Fluorose im sichtbaren Zahnbereich. Diese äußert sich in weißen bis braunen Verfärbungen in Form von Flecken oder Streifen auf der Zahnschmelzoberfläche. Je stärker die Ausprägung, desto schädlicher ist dies für die Zähne, da die Zahnschmelzoberfläche mechanisch weniger widerstandsfähig wird.

#### Fluoridaufnahme detailliert berechnet

Daher fragen sich viele Eltern, Erzieher, Pädiater und Zahnärzte: Wieviel Fluorid dürfen Kinder täglich aufnehmen? Welche Menge ist schädlich in Bezug auf die Entwicklung einer Dentalfluorose und welche ist nötig zur Kariesprophylaxe? Antworten darauf gibt die Informationsstelle für Kariesprophylaxe (IfK) in ihren aktuellen

Empfehlungen zur Fluoridaufnahme, die zusammen mit Professor Dr. Stefan Zimmer, Sprecher des wissenschaftlichen Beirates, entwickelt wurden. So nehmen Kinder Fluorid über mehrere Wege auf: Über die Nahrung, das Trinkwasser, das Verschlucken von Zahnpasta, durch fluoridiertes Speisesalz (Zusalzen), sowie durch Fluoridtabletten. "Die jeweiligen Zufuhrmengen müssen bei der Berechnung der täglichen Fluoridaufnahme berücksichtigt und addiert werden", erklärt Zimmer. Erst dann kann eine maximale Aufnahme berechnet und den Empfehlungen für die angemessene beziehungsweise sichere Fluoridgesamtaufnahme (Referenzwerte D-A-CH) gegenübergestellt werden.

### **Empfehlungen für die Praxis**

Aufgrund ihrer aktuellen Berechnungen zu den Fluoridaufnahmemengen von Kindern lautet das Fazit der IfK: Die Kombination von fluoridhaltiger Zahnpasta und fluoridiertem Speisesalz führt in fast allen Altersgruppen zu einem geringeren systemischen Fluorideintrag als Fluoridtabletten und damit bei einer höheren Wirkung zu einem geringeren Fluoroserisiko. Dies gilt auch dann, wenn die Zahnpasta vollständig verschluckt wird. Nur wenn die Kinderzahnpflege nicht mit fluoridhaltiger Zahnpasta erfolgt und kein fluoridiertes Speisesalz verwendet wird, sollten Fluoridtabletten nach den Dosierungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK) verabreicht werden. Darüber hinaus sollten Fluoridtabletten als Arzneimittel nur auf Rat des Arztes und nach Erhebung einer Fluoridzufuhranamnese eingenommen werden.

### **Fluoridiertes Speisesalz wichtig für Kariesprophylaxe**

Fluoridiertes Speisesalz ist und bleibt neben der Zahnpflege mit fluoridhaltiger Zahnpasta und regelmäßigen zahnärztlichen Kontrollen ein wichtiger und zugleich kostengünstiger Bestandteil der Kariesprophylaxe. Experimentelle Studien belegen die Erhöhung der Fluoridkonzentration im Speichel durch Nahrungsmittel, die mit fluoridhaltigem Speisesalz zubereitet wurden. Diese Erhöhung kann bis zu 30 Minuten anhalten, so dass es - ähnlich wie bei der Verwendung von fluoridhaltiger Zahnpasta - zu einer erheblichen Fluoridwirkung in der Mundhöhle kommt.

Weitere Informationen zur Kariesvorbeugung mit fluoridiertem Speisesalz stellt die IfK im Internet unter [www.kariesvorbeugung.de](http://www.kariesvorbeugung.de) zur Verfügung. Zudem gibt es in dem aktuellen IfK-Newsletter die Übersichtstabelle mit den Empfehlungen zur Fluoridaufnahme bei Kindern. Interessierte können Informationsmaterial per E-Mail anfordern.

Langfassung (4.410 Zeichen inklusive Leerzeichen)

Abdruck honorarfrei / Beleg erbeten

#### **Quellen:**

**IfK-Newsletter (Ausgabe 2008)** : Informationen zur Karies-Vorbeugung mit fluoridiertem Speisesalz, Herausgeber: Informationsstelle für Kariesprophylaxe (IfK) des Deutschen Arbeitskreises für Zahnheilkunde (DAZ)

**Referenzwerte D-A-CH (2008)** : Gemeinsame Referenzwerte für die Fluoridzufuhr von Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), Österreichische Gesellschaft für Ernährung (ÖGE), Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung (SGE) sowie Schweizerische Vereinigung für Ernährung (SVE)

**Schulte G** : "Fluoridiertes Speisesalz und Kariesprävention", prophylaxe impuls 12.Jahrgang, 118-125, 2008

#### **Herausgeber:**

Informationsstelle für Kariesprophylaxe  
des Deutschen Arbeitskreises für Zahnheilkunde

Jana Zieseniß, Dirk Fischer  
Leimenrode 29, 60322 Frankfurt  
Telefon: 069/2470 6822, Fax: 069/7076 8753  
E-Mail: [daz@kariesvorbeugung.de](mailto:daz@kariesvorbeugung.de)  
[www.kariesvorbeugung.de](http://www.kariesvorbeugung.de)

Frankfurt am Main, 25. September 2008



#### **Fluorid: Schutzfaktor für gesunde Zähne**

Die vier Säulen der Kariesprophylaxe sind: gesunde Ernährung, gewissenhafte Mundhygiene, die Zufuhr von Fluoriden - durch Zahnpflegemittel und fluoridiertes Speisesalz - sowie regelmäßige zahnärztliche Kontrollen.

#### **Foto: Informationsstelle für Kariesprophylaxe**

#### **Downloads**

[Word-Datei Pressemitteilung](#)

[Word-Datei Bildunterschrift](#)

[Bild](#)

**Telefon: 069 / 2470 6822 | Telefax: 069 / 7076 8753 | E-Mail: [daz@kariesvorbeugung.de](mailto:daz@kariesvorbeugung.de)**