

## Fluoride

---

Liebe Eltern,

Bakterien sind der größte Feind der Zähne Ihres Kindes, denn die durch die Bakterien ausgeschiedenen Säuren greifen den Zahnschmelz an und können über kurz oder lang zu Karies führen. Zwar ist der natürliche Zahnschmelz ein gutes Schutzschild gegen Säureangriffe, schädlichen Belastungen hält aber auch dieser auf Dauer nicht stand. Hilfreich ist hier das Spurenelement Fluorid, das den Zahnschmelz härtet und aktiv zu dessen Widerstandsfähigkeit beiträgt. Fluorid ist ein natürlicher Bestandteil unserer Nahrung, der jedoch nicht ausreicht, um unseren Organismus angemessen zu schützen. Eine zusätzliche Fluoridgabe kann daher erforderlich sein. Fluoride sind nachweislich wirksam in ihrer Schmelzschutzfunktion und werden von zahnmedizinischen Fachgesellschaften ausdrücklich empfohlen. Fluorid bildet folglich eine wirksame Säule der Kariesprophylaxe und ermöglicht es, die Zähne Ihres Kindes kräftig und gesund zu erhalten. Welche Form der Fluoridzufuhr für Ihr Kind geeignet ist und welche Dosis empfehlenswert, besprechen wir gern mit Ihnen im individuellen Gespräch.

Ihre Agnes Nehls & Ihr Toni Heidrich

# Tipps von den Kinderzahnärzten am Ostpark für starke Kinderzähne

## **Möglichkeiten der zusätzlichen Fluoridzufuhr (lokal):**

---

- + Fluoridhaltige Zahnpasta oder Spüllösung
- + Fluoridlacke oder Fluoridgele
- + Im Mund auflösende Nahrungsergänzungsmitteltablette

## **Möglichkeiten der zusätzlichen Fluoridzufuhr:**

---

- + Aufnahme durch die Nahrung, z.B. durch fluoridiertes Speisesalz
- + Fluoridaufnahme durch medizinische Tabletten