



DR. MED. DENT.
RAIMOND GANN
ZAHNHEILKUNDE
PROPHYLAXE

FLUORIDE

// FLUORIDE SIND DAS EINZIG NATÜRLICHE SPURENELEMENT IN DER NAHRUNG, DAS ZUM SCHUTZ DER ZÄHNE BEITRÄGT.

// Fluoride sind die natürlichen Vorkommensformen des Elements Fluor. Sie sind für den menschlichen Körper ein essentielles Spurenelement und kommen u.a. gebunden in vielen Nahrungsmitteln vor. Sie sind streng genommen der einzige Wirkstoff, der wissenschaftlich eindeutig zum Schutz der Zähne beiträgt.

Fluorid wirkt auf drei verschiedene Weisen:

- Es lagert sich in die oberflächlichsten Zahnschmelz-Schichten ein und macht diese härter und widerstandsfähiger gegen den Säureangriff der Karies-Bakterien.
- Es dringt in die kariesverursachenden Bakterien ein und erschwert deren Stoffwechsel, d.h. es entsteht weniger Zahnbelag.
- Es bildet auf den Zähnen einen fluoridhaltigen Schutzfilm, der die Anhaftung von Zahnbelag an der Zahnoberfläche erschwert.

Hauptmedium der Fluoridzufuhr ist die Zahnpasta. In nahezu allen handelsüblichen Produkten ist Fluorid in adäquater Menge beinhaltet. Ausnahmen sind abzulehnen (Ajona rot, Weleda, Parodontax, etc.).

Im Gegensatz zur Lehrmeinung der 90er Jahre ist man durch neue Forschungsergebnisse heute sicher, dass nicht mehr die systemische, interne, sondern die lokale Wirkung der Fluoride am Zahn (Bioverfügbarkeit) entscheidend ist für die vorbeugende Wirkung gegen Karies.

Es gibt eine ganze Reihe von zusätzlichen Möglichkeiten zur Fluorid-Zufuhr:

Zur sog. externen Fluoridierung stehen u.a. fluoridiertes Kochsalz, Gelees und Spüllösungen zur Verfügung. Bei Patienten mit besonders großem Karies-Risiko empfiehlt sich die Anwendung von Fluorid-Gelees in Verbindung mit individuellen Medikamententrägern aus Weichkunststoff.

Für Kinder im Alter von 0 bis 12 Jahren mit hohem Kariesrisiko ist die einfachste Fluoridgabe die Tablettenform, da hier die Dosis optimal bestimmt werden kann.

Aktuelle Fluoridsupplement-Richtwerte (DGZMK 2012)

| Alter | Fluoridkonzentration im Trinkwasser, mg/l | | |
|----------------------|---|-------------|-------|
| | < 0,3 Stuttgart | 0,3 bis 0,7 | > 0,7 |
| 0-6 Monate | – | – | – |
| 6-12 Monate | 0,25 | – | – |
| ab 1 – unter 3 Jahre | 0,25 | – | – |
| ab 3 – unter 6 Jahre | 0,50 | 0,25 | – |
| älter als 6 Jahre | 1,0 | 0,5 | – |

