

GESUNDE KINDER

Zähne sind mehr als Kauwerkzeuge. Ein gesunder Mund schützt vor Infektionen und stärkt das Immunsystem. Karies zählt zu den häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindesalter – oft lange unbemerkt.

Schlechte Zähne können Schmerzen verursachen und die Gesundheit des ganzen Körpers belasten.

Gesunde Milchzähne sind wichtig, weil sie:

- beim Sprechen und Kauen unterstützen,
- Platzhalter für die bleibenden Zähne sind,
- die Entwicklung des Kiefers fördern,
- zur Abwehr von Infektionen beitragen.



Herausgeber

Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Große Diesdorfer Str. 162
39110 Magdeburg

☎ Telefon: 0391 73939-0
✉ info@zahnaerztekammer-sah.de
🌐 www.zaek-sa.de



Kassenzahnärztliche Vereinigung
Sachsen-Anhalt
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Doctor-Eisenbart-Ring 1
39120 Magdeburg

☎ 0391 6293-0
✉ info@kzv-lsa.de
🌐 www.kzv-lsa.de

ZÄHNERPUTZEN

in der
KITA

Früh übt sich – für ein starkes
Lächeln von Anfang an.

Teil des Landesprogramms
„Bildung: elementar – Bildung
von Anfang an“ seit 2025.

ZÄHNEPUTZEN – WIE GEHTS DAS

Regelmäßiges Zähneputzen in der Kita hilft, Karies frühzeitig vorzubeugen. Die Kinder lernen dabei die **KAI-Methode**: **K**auflächen, **A**ußenflächen, **I**nnenflächen und immer in dieser Reihenfolge.

So bringen Sie es den Kindern spielerisch bei:



Starte mit den **Kauflächen**:

Mit kleinen Hin-und-Her-Bewegungen von hinten nach vorn putzen – zuerst rechts, dann links.



Dann die **Außenflächen**:

In kleinen Kreisen außen putzen – von Zahn zu Zahn, erst rechts, dann links. Dann Zähne schließen und die Schneidezähne putzen.

Zuletzt die **Innenflächen**:

Von Rot nach Weiß – also vom Zahnfleisch zum Zahn. Zuerst rechts unten, dann rechts oben, danach links unten und links oben.



©proDente e.V.

WAS DIE KITA DAVON HAT

Zähneputzen in der Kita ist mehr als nur Routine. In der Kita wird Gesundheit im Alltag erlebbar – für jedes Kind, unabhängig vom Elternhaus.

Davon profitiert Ihre Einrichtung:

- Sie zeigen den Kindern jeden Tag, wie wichtig Gesundheit ist.
- Sie geben allen die gleichen Chancen – egal, woher sie kommen.
- Sie helfen den Kindern, selbstständig zu werden und sich zurechtzufinden.
- Sie setzen ein klares Zeichen: **Vorsorge von Anfang an.**

GEMEINSAM PUTZEN IN KITAS

Das Bildungsprogramm „Bildung: elementar – Bildung von Anfang an“ (Fortschreibung 2025) zeigt deutlich:

„Neben der häuslichen Zahnpflege gehört auch in Kindertageseinrichtungen die regelmäßige Zahnpflege zur Gesundheitsförderung. [...] Gemeinsames Zähneputzen [...] legt einen wichtigen Grundstein für ein zahngesundes Leben.“¹

Damit ist die tägliche Zahnpflege Bestandteil des gesetzlichen Bildungsauftrags (§5 KiFöG).

WARUM IST ZÄHNEPUTZEN FÜR KINDER SO WICHTIG

Das tägliche Zähneputzen hilft Kindern dabei:

- gesunde Gewohnheiten früh zu festigen
- ihre Feinmotorik zu trainieren
- Hygiene als etwas ganz Normales zu erleben
- zu spüren, dass sie selbst etwas bewirken können

¹ Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt (Hrsg.): Bildung: elementar – Bildung von Anfang an. Bildungsprogramm für Kindertageseinrichtungen in Sachsen-Anhalt. Fortschreibung 2025. S. 138f. Online: <https://ms.sachsenanhalt.de/themen/familie/kinderbetreuung/bildungsprogramm>