

Gesunde Ernährung – gesunde Zähne

Der diesjährige Tag der Zahngesundheit am 25. September stand unter dem Motto: „Gesund beginnt im Mund – Mahlzeit!“ Denn eine gesunde und ausgewogene Ernährung hat einen wesentlichen Einfluss auf die Zahngesundheit.

Infomaterial für Groß und Klein

Wollen Zahnärztinnen und Zahnärzte ihre Patienten für die Bedeutung von zahngesunder Ernährung in unterschiedlichen Lebenslagen sensibilisieren, bekommen sie von der BLZK passende Hilfsmaterialien an die Hand.

Beispielsweise enthält das Infoblatt „Tipps für gesunde Zähne in der Schwangerschaft“ unter anderem Informationen zur zahngesunden Ernährung. Mithilfe des Ratebilds zum Ausdrucken „Wer weiß es: Was tut den Zähnen gut und was nicht?“ können Eltern ihre Kinder spielerisch an die Bedeutung der Ernährung für die Zahngesundheit heranführen und das Wissen der Kleinen testen.

Diese und viele weitere Infomaterialien können online unter shop.blzk.de bestellt werden.

Kompaktkurs Dentale/-r Ernährungsberater/-in an der eazf

Für Zahnärzte, DH und ZMF, die sich rund um das Thema zahngesunde Ernährung weiterbilden möchten, bietet die eazf die passende Möglichkeit zur Weiterqualifikation: In den beiden Kompaktkursen „Dentale/-r Ernährungsberater/-in Starter“ und „Dentale/-r Ernährungsberater/-in Professional“ werden neue Konzepte für die Zahnarztpraxis vermittelt, um das Thema Ernährung in Prophylaxe-Konzepte zu integrieren. Ausführliche Informationen sind unter folgenden Links zu finden:

- www.eazf.de/uploads/dokumente/kurspdfs/Ernaehrungsberater_Starter_2021.pdf
- www.eazf.de/uploads/dokumente/kurspdfs/Ernaehrungsberater_Professional_2021.pdf

Regina Levenshtein

Bildquelle: BLZK

Wer weiß es: Was tut den Zähnen gut und was nicht?

Schauen Sie sich mit Ihrem Kind das Bild an: Markieren Sie gemeinsam die Situationen mit einem Kreuz ✕, die den Zähnen schaden. Markieren Sie die Situationen mit einem Häkchen ✓, die gut für die Zähne sind.



Mithilfe dieses Ratebilds können Eltern ihre Kinder spielerisch an die Bedeutung der Ernährung für die Zahngesundheit heranführen und das Wissen der Kleinen testen.

MUNDGESUNDHEIT WIRD GROSSES KINO

Am 25. September feierte ein ganz besonderes Road Movie auf YouTube und auf der Internetseite der Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit (LAGZ) Bayern (www.lagz.de) Premiere: Der Löwe Dentulus, Maskottchen der LAGZ-Aktion „Löwenzahn“, begibt sich gemäß Filmtitel auf „Die Suche nach dem Tag der Zahngesundheit“ und klappert alle bayerischen Regierungsbezirke ab. Auf jeder Station trifft Dentulus LAGZ-Zahnärzte, die ihn über ein wichtiges Thema rund um die Mundgesundheit von Kindern und Jugendlichen aufklären.

Das BLZK-Portal zahn.de bietet Patienten umfangreiche Informationen rund um die Zahngesundheit.



Allgemeine Tipps zur zahngesunden Ernährung

www.zahn.de/zahn/web.nsf/id/pa_zahngesund_essen_und_trinken.html



Gesunde Ernährung für Kinderzähne

www.zahn.de/zahn/web.nsf/id/pa_kinderzaehne_zahngesunde_ernaehrung.html