



iStockPhoto.com © cluckhardt

## „MUND ZU!“

### SCHIEFE ZÄHNE DURCH FALSCHGE ANGEWOHNHEITEN

**50 Prozent aller Kinder in Deutschland tragen eine Zahnsperre. Viele Fehlentwicklungen hängen mit falschen Angewohnheiten zusammen. Werden diese nicht behoben, können Kinder ewig beim Kieferorthopäden sitzen.**

Mund zu, sonst wird die Milch sauer! Dieser Spruch ruft unweigerlich Bilder von strengen Tischgesellschaften und Klassenzimmern hervor, die nach autoritärer Erziehung aus Kaiser Wilhelms Zeiten riechen. So direktiv und veraltet dieser Spruch klingen mag: Der Kiefer und die Zähne mancher Kinder würden sich darüber freuen. Laut dem Berufsverband der Deutschen Kieferorthopäden tragen rund 50 Prozent der Kinder eine Zahnsperre. Etwa die Hälfte aller Fehlentwicklungen seien angeboren. Der Rest jedoch hänge mit falschen Angewohnheiten zusammen - und dazu gehört auch der offen stehende Mund.

#### DAUMEN, SCHNULLER, FALSCHES SCHLUCKEN

Ganz oben stehen Daumenlutschen oder zu langes und zu exzessives Schnullern. Manche Eltern erhalten vom Kieferorthopäden auch die verwirrende Botschaft: „Ihr Kind schluckt falsch“. Für den Laien mag das abstrus klingen. Kann man so etwas Banales wie Schlucken falsch machen? Ja, indem die Zunge beim Schlucken gegen die Zähne drückt und sie dadurch verschiebt. Um zu verstehen, wie so ein „falsches Schluckmuster“ entsteht, muss ein Blick auf die normale Entwicklung des Kindes geworfen werden: Beim Baby ist es normal, dass sich die Zunge beim Schlucken nach vorne bewegt - das ist sogar nötig, um Milch aus der Brust oder Flasche zu saugen. Mit zunehmendem Alter

orientiert sich die Zunge des Kindes aber immer mehr nach oben in Richtung Gaumen. Spätestens ab dem Grundschulalter presst sie sich dann bei jedem Schluck an den Gaumen. Dadurch weitet sich der noch formbarere Oberkiefer und die zweiten Zähne haben ausreichend Platz. Das hat die Natur praktisch eingerichtet.

Durch vielfältige Ursachen erreichen manche Kinder diesen Entwicklungsschritt jedoch nicht und bleiben im frühkindlichen Schluckmuster stecken. Wie ein LKW, der immer und immer wieder gegen ein Garagentor fährt, drückt die Zunge gegen die Zähne. Mögliche Folgen: die umgangssprachlichen „Hasenzähne“, ebenso der „offene Biss“, bei dem Zunge, Schnuller oder Daumen zwischen oberer und unterer Zahnreihe ein regelrechtes Loch geformt haben.

#### FEHLENDE KRAFT: EIN „RATTENSCHWANZ“

Wenn die Zunge ihren Job fälschlicherweise vorne und nicht oben am Gaumen erledigt, dann bleibt der Oberkiefer schmal und die Zähne stehen eng. Das falsche Schlucken wird im Fachjargon übrigens „Myofunktionelle Störung“ genannt. „Myos“ ist Griechisch und heißt Muskel - das Gleichgewicht der Muskulatur im Mund- und Gesichtsbereich ist also gestört. Und da hängt ein regelrechter „Rattenschwanz“ dran. Meistens haben die Kinder den Mund offen stehen und ihre Wangen sind schlaff. Für die richtige Zahnstellung fehlt also auch noch die Kraft der Lippen. Häufig atmen die Kinder durch den Mund und nicht durch die Nase. Dadurch bleibt der Unterdruck aus, der zur Kieferaussformung nötig ist.



**ELTERNRATGEBER**

Schiefe Zähne durch falsches Schlucken - und jetzt? Die Logopädien Anita Kittel gilt als Expertin auf dem Gebiet und hat ein anerkanntes und weit verbreitetes Therapieverfahren entwickelt. Erkennen, vorbeugen und unterstützen - in ihrem Ratgeber für Eltern erklärt Kittel laiengerecht die komplexen fachlichen Zusammenhänge und veranschaulicht sie mit praktischen Beispielen. Denn nur, wenn die Familie das Problem verstanden hat, fällt eine Behandlung auch auf fruchtbaren Boden. Nur dann können Eltern ihr Kind dauerhaft dazu ermutigen, durchzuhalten und mitzuarbeiten. Vom richtigen Füttern bis hin zu Übungen und Spielen im Alltag: Auf 63 Seiten lesen Eltern, wie sie in scheinbar banalen Situationen Muskulatur kräftigen und zur Mundgesundheit beitragen. Das Buch eignet sich als Begleiter zu einer logopädischen und kieferorthopädischen Behandlung. Besonders zu empfehlen für Familien, in denen bereits Eltern oder Geschwister mit Daumenlutschen, Schnullern und falschem Schlucken zutun hatten. (at)

**INFO:** MYOFUNKTIONELLE STÖRUNGEN: EIN RATGEBER FÜR ELTERN UND ERWACHSENE BETROFFENE | ANITA M. KITTEL | SCHULZ-KIRCHNER | 2012 | 9,49 EURO

**MÖGLICHTST FRÜH EINGREIFEN**

„Da kommt ganz viel zusammen“, resümiert Dr. Gundi Mindermann, Vorsitzende des Berufsverbands der Deutschen Kieferorthopäden. „Hier muss man eine Funktionsumstellung mit dem Kind erreichen, denn je länger Kinder im Fehlverhalten bleiben, desto schwerer ist es zu beeinflussen.“ Ab zum Kieferorthopäden also, um möglichst früh mit den richtigen Geräten einzugreifen. In der Regel schließt sich noch der Gang zum Logopäden an. Denn hier trainieren die Kinder nicht nur mit spielerischen Übungen die Zungen- und Mundmuskulatur, sie gewöhnen sich auch die falschen Angewohnheiten ab und arbeiten an den parallel auftretenden Artikulationsstörungen.

**FRUST UND TEUFELSKREISE DURCHBRECHEN**

Abgesehen von der Behandlung bei Experten sieht Mindermann auch die Eltern in der Pflicht. „Eltern sollten den Mut haben zu sagen: Sitz gerade, spricht deutlich, mach den Mund zu“, betont die Kieferorthopädin und stößt damit nicht immer auf Begeisterung. „Ich werde von Eltern zum Teil komisch angeguckt, wenn ich das sage“, erzählt Mindermann. „Aber es ist so wichtig für die Mundgesundheit und erspart viel Zahnschmerz. Wenn Kinder es nicht schaffen, sich umzustellen, dann können wir ewig therapieren.“ Denn selbst wenn ein Kind die feste Zahnschlinge hinter sich hat - drückt der LKW weiter gegen das Garagentor, ist schnell wieder alles beim Alten. Ein Teufelskreis, der die Behandlung in Frust ausarten lässt und auf Dauer ganz schön teuer werden kann.

Anja Tischer



Dr. Gundi Mindermann ist Vorsitzende des Berufsverbands der Deutschen Kieferorthopäden.

Foto: © akentis

>>

**ZAHN STATION**  
DEIN ZAHNARTZ

**Ein Herz für Zähne.**

**Vortrag mit Frage- und Antwortrunde**

**Kieferorthopädie - Jedes Kind verdient ein schönes Lachen!**

Frau Dr. von Nell informiert Sie über die neuesten Erkenntnisse der Kieferorthopädie und beantwortet Ihre Fragen. Wie können wir auch Ihrem Kind ein schönes Lächeln schenken?!

📅 25. November ⌚ 19 - 21 Uhr 📍 Zahnstation, Zeughausstr. 34, Köln

Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!

**Melden Sie sich noch heute an! 02 21. 379 971-0**

[www.zahn-station.de](http://www.zahn-station.de)

**PRAXIS CREMER SCHWERMER**  
Sprachtherapeutische Praxis  
Psychotherapeutische Praxis für Kinder und Jugendliche  
Katja Cremer/Oliver Schwermer  
Neusser Str. 387, 50733 Köln  
0221 20 46 57 94,  
praxis@cremer-schwermer.de

**SPRACHTHERAPIE PSYCHOTHERAPIE**  
SCHWERPUNKTE:  
STOTTERN, MUTISMUS  
ADHS und IRLS  
KURSE  
Infos unter:  
[www.cremer-schwermer.de](http://www.cremer-schwermer.de)

*Praxis für Logopädie*

**SPRACH-, SPRECH-, STIMM- UND SCHLUCKTHERAPIE**

**KIRSTEN HÖFEL LOGOPÄDIN (DBL)**

Brühler Straße 15 · 50968 Köln-Raderberg  
Tel: (0221) 800 20 66 · Fax: (0221) 800 20 67  
[kirsten.hoefel@web.de](mailto:kirsten.hoefel@web.de)

**Kinderzahnheilkunde**  
**Zahnärztliche Gemeinschaftspraxis**

*Gesunde Zähne von Anfang an!*

Antje C. Flucke  
Eduard Gutermann

- Prophylaxe
- Kinderprothesen
- Hypnose
- Laserdiagnostik
- Sedierung/Narkose
- Lachgasbehandlung
- Milchzahnbehandlung

Sülzburgstr. 64 - 66 · 50937 Köln  
Tel. (0221) 48 48 47 - 0 · [www.krokozahn.de](http://www.krokozahn.de)

## NEUE ERKENNTNISSE

**Adipositas kann Behandlung behindern.** Starkes Übergewicht kann nicht nur zu lebensbedrohlichen Folgeerkrankungen führen, sondern nach neuestem Kenntnisstand auch der Mundgesundheitschaden. Im April 2015 befasste sich der 6. Kongress Kinder-Zahn-Spange in Frankfurt mit den Auswirkungen auf die kieferorthopädische Behandlung. Die Ergebnisse: Kinder mit Adipositas, also starkem Übergewicht, zeigen früher Reifeentwicklungen. Ihr Zahnwechsel tritt rund ein halbes Jahr früher ein, eine kieferorthopädische Behandlung muss entsprechend früher beginnen. Das überschüssige Fettgewebe beeinflusst zudem den Stoffwechsel der Kinder. In der Folge heilen Entzündungen am Zahnfleisch schlechter ab, was das Risiko für Parodontitis erhöht. Auch die Aktivität der Speicheldrüsen verändert sich insofern, als dass Karies häufiger auftritt. Stark übergewichtige Kinder bewegen sich weniger und ihr Gleichgewichtssinn ist gestört. In der Folge erleiden sie häufiger Stürze mit Schäden an den Frontzähnen. Das Fazit des Kongresses: Adipositas kann den Erfolg einer kieferorthopädischen Behandlung behindern und hinauszögern. (at)

Info: [www.kinder-zahn-spange.de/kongress](http://www.kinder-zahn-spange.de/kongress)

## INITIATIVE KIEFERGESUNDHEIT

**Anlaufstelle für Eltern und Pädagogen.** Seit über 20 Jahren informiert die Initiative Kiefergesundheit e.V. Eltern, Pädagogen und die Öffentlichkeit über die Bedeutung gesunder und gerader Zähne. Mit dem Infobus „KROCKY Mobil“ fährt der Verein jährlich rund 40 Städte in Deutschland an und erreicht damit circa 10.000 Kinder. Arbeitskreise für Jugendzahnpflege, Gesundheitsämter, Krankenkasse und Fachzahnärzte können den Bus bestellen. Mithilfe von Experten vor Ort erfahren Gruppen von bis zu 25 Kindern alles über Mundschluss, Nasenatmung, Schlucken, gesunde Ernährung, Zahnspangen und Zähneputzen. Lehrer und Erzieher erhalten Infomaterial, mit dem sie den Ausflug später nachbereiten können. (at)

Info: Initiative Kiefergesundheit e.V. (IKG), Organisation „KROCKY Mobil“: Tel. 0821 - 450 92 43, [www.ikg-online.de](http://www.ikg-online.de)

## SERVICE ZAHNSPANGE

**KONARIAS  
KIEFERORTHOPÄDIE**  
Frankfurter Str. 610  
51143 Köln  
Tel. 02203 - 343 40  
Kirchweg 4  
50858 Köln  
Tel. 0221 - 506 01 65  
[www.orthosmile.de](http://www.orthosmile.de)

**NEMO AM RING**  
Kinderzahnärzte  
Hohenzollernring 37  
50672 Köln  
Tel. 0221 - 270 95 70  
[www.nemo-am-ring.de](http://www.nemo-am-ring.de)

**RICHMO-KIDS/RICHMODENT**  
Richmodstr. 31, 50667 Köln  
Tel. 0221 - 272 50 70  
[www.richmokids.de](http://www.richmokids.de)

**SMILESTARS**  
Kieferorthopädie  
Dr. Daniel Förster-Marenbach  
& Dr. Maike Anna Marenbach  
Kölner Str. 48, 51149 Köln  
Tel. 02203 - 69 94 70  
[www.smilestars-ortho.de](http://www.smilestars-ortho.de)

**ZAHNARZTPRAXIS  
DIANA GEIKE**  
Lachgasbehandlung für ängstliche Kinder und Erwachsene  
Aachener Str. 598  
50933 Köln  
Tel. 0221 - 491 15 45  
[www.zahnarztpraxis-braunfeld.de](http://www.zahnarztpraxis-braunfeld.de)

**ZAHNÄRZTLICHE GEMEINSCHAFTSPRAXIS**  
Antje C. Flucke  
Eduard Gutermann  
Sülzburgstr. 64-66  
50937 Köln  
Tel. 0221 - 484 84 70  
[www.krokozahn.de](http://www.krokozahn.de)

**ZAHNEULE KÖLN**  
Zahnarztpraxis Vera  
Dimopoulou  
Aachener Str. 68  
50674 Köln  
Tel. 0221 - 51 68 37  
[www.zahneule-koeln.de](http://www.zahneule-koeln.de)

**ZAHNSTATION**  
Zeughausstr. 34  
50667 Köln  
Tel. 0221 - 379 97 10  
[www.zahn-station.de](http://www.zahn-station.de)

### LOGOPÄDIE

**PRAXIS CREMER/  
SCHWERMER**  
Sprachtherapie  
Psychotherapie für Kinder  
und Jugendliche  
Neusser Str. 387  
50733 Köln  
Tel. 0221 - 20 46 57 94  
[www.cremer-schwermer.de](http://www.cremer-schwermer.de)

**PRAXIS FÜR LOGOPÄDIE**  
Kirsten Höfel  
Brühler Str. 15  
50968 Köln-Raderberg  
Tel. 0221 - 800 20 66

**LOGOPÄDISCHE PRAXIS  
GÜNTHER SIGLE**  
Kölner Str. 68  
50859 Köln-Lövenich  
Tel. 02234 - 49 85 07  
Zur Abtei 35  
50859 Köln-Widdersdorf  
Tel. 0221 - 80 00 10 90  
[www.logopaedieonline.de](http://www.logopaedieonline.de)

**LOGOPÄDISCHE PRAXEN**  
Steffi Löllgen  
Fridolinstr. 35  
50823 Köln-Neuehrenfeld  
Tel. 0221 - 510 99 23  
[www.sprachekoeln.de](http://www.sprachekoeln.de)



Behandlung von Kiefer- und Zahnfehlstellungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

- ✿ Kieferorthopädische Diagnostik und Therapieplanung
- ✿ Präventive Frühbehandlung
- ✿ Funktions-Kieferorthopädie
- ✿ Lingualtechnik
- ✿ ALIGNER-Therapie (CA® CLEAR ALIGNER und invisalign®)
- ✿ Multiband-Technik
- ✿ Straight-Wire-Technik

Ihr Lächeln



ist unser Ansporn

### smilestars-ortho

Kölner Straße 48a  
51149 Köln  
Telefon: (0 22 03) - 69 94 70  
[info@smilestars-ortho.de](mailto:info@smilestars-ortho.de)  
[www.smilestars-ortho.de](http://www.smilestars-ortho.de)

Montag-Freitag von 8 - 18 Uhr  
Privat und alle Kassen

# „ES GEHT NIE OHNE DEN EINSATZ DES KINDES“

LOGOPÄDEN HELFEN KINDERN DABEI, SICH ZAHNSCHÄDLICHE ANGEWOHNHEITEN ABZUGEWÖHNEN. ANJA TISCHER SPRICHT MIT SONJA UTIKAL VOM DEUTSCHEN BUNDESVERBAND FÜR LOGOPÄDIE ÜBER DIE BEHANDLUNG.



Foto: Sonja Utikal © privat

**KÄNGURU: Zahnfehlstellungen können mit falschen Gewohnheiten und schlaffer Mundmuskulatur zusammenhängen. Wie können Eltern vorbeugen?**

Sonja Utikal: Das Stillen ist das früheste Training für die Mundmuskulatur des Babys. Wenn das Stillen ausbleibt, sollten Eltern auf einen physiologisch angepassten Sauger achten. Später ist auch eine ausgewogene Ernährung wichtig, damit das Kind unterschiedliche

Konsistenzen probieren kann – auch mal vom Apfel abbeißen, die Schale kauen, mal etwas Hartes, mal etwas Weiches oder etwas Gemischtes essen. Bei der Entwöhnung vom Schnuller sollten Eltern das Saugbedürfnis des Kindes ernst nehmen: Nimmt man den Schnuller einfach weg, lutschen einige Kinder erfahrungsgemäß an den Fingern oder der eigenen Zunge weiter. In solchen Fällen können sich Eltern von der Logopädin beraten lassen.

## Was erwartet die Kinder in der Therapie?

Sofern ein behandlungsbedürftiger Mundbefund vorliegt, ist Ziel A der Muskelaufbau, also „Bodybuilding“ für Zunge und Lippen. Es soll richtig Muskelkater geben. Die Übungen werden an das Alter angepasst, finden spielerisch verpackt oder direkt angeleitet statt. Ziel B ist die Veränderung falscher Gewohnheiten, wie etwa einer offenen Mundhaltung oder der Zungenruhelage zwischen den Zähnen. Auch der Abbau des Daumenlutschens zählt zu den sogenannten Habits, die parallel zu den Übungen des Muskelaufbaus abgebaut werden sollen. In einem dritten Schritt geht es um die Korrektur des falschen Schluckmusters. Da die Zunge jedoch Teil des gesamten Körpers ist, wird auch der ganze Körper in die Behandlung mit einbezogen. Denn manchmal ist nicht nur das Gesicht, sondern die gesamte Muskulatur schlaff.

## Inwiefern können Geräte die Therapie unterstützen?

Es gibt sinnvolle Geräte wie zum Beispiel die kieferorthopädisch angepasste Gaumenplatte (Anm. d. Red.: Das Gerät ähnelt einer „losen“ Spange, in die mechanische Reize, etwa rauhe Stellen oder Perlen, eingearbeitet werden. Dieser Reiz „erinnert“ die Zunge daran, am Gaumen zu bleiben). Es geht aber nie ohne den Einsatz des Kindes und der Familie. Meiner Erfahrung nach ist es nicht damit getan, das Gerät vier Stunden zu tragen und dann ist es gut. Denn die Kinder müssen aktiv lernen, Gewohnheiten umzustellen. Die einen brauchen dafür einen direktiven Ansatz, die anderen einen spielerischen. Manche benötigen Einzeltherapie, wieder andere die Übung in der Gruppe mit Gleichaltrigen. Einigen helfen Geräte, andere kommen damit nicht zurecht. Es gibt kein 08/15-Konzept. Denn der „Faktor Mensch“ lässt sich auch hier nicht herauskürzen.

Vielen Dank für das Gespräch.

**AB JETZ** Kieferorthopädie **richmo smile**

## KIEFERORTHOPÄDIE

für Kinder und Erwachsene  
auch samstags!

**richmo KIDS** die Milchzahnpiraten

Mo-Do: 7.30-21.00 Uhr  
Fr: 7.30-18.00 Uhr  
Sa: 8.30-16.30 Uhr

Richmodstraße 31 50667 Köln • 02 21/272 50 70  
www.richmokids.de • www.richmodent.de

## Koniaris

Kieferorthopädie  
Fachzahnarzt Dr. med. dent. A. Koniaris

Ästhetische Zahnregulierungen für Kinder und Erwachsene

**Köln-Porz:**  
Tel. 02203. 34 34 0  
Frankfurter Str. 610

**Köln-Junkersdorf:**  
Tel. 0221. 50 60 165  
Kirchweg 4

Alle Kassen, Privat und Selbstzahler

www.orthosmile.de

**[lo:go:pæ:di:]**  
Logopädische Praxis  
Günter Sigle

Diagnostik, Therapie, Beratung und Förderung bei Sprach-, Sprech-, Stimm-, Schluck- und Lese-Rechtschreibstörungen

Kölner Straße 68  
50859 Köln-Löwenich  
Tel. 02234 / 49 85-07

Zur Abtei 35  
im tegralis-Gesundheitszentr.  
50859 Köln-Widdersdorf  
Tel. 0221 / 80 00 10 90

www.LogopaedieOnline.de  
info@logopaedieonline.de

Praxis & Tagesklinik  
**Nemo am Ring**  
Kinder- und Jugendzahnheilkunde

Zahngesundheit ist unser Ziel!

**myobrace**

- speziell geschultes Team
- kindgerechte Behandlungsmethoden
- angst- und schmerzfreie Behandlung
- Narkose- und Lachgasbehandlung
- Milchzahnkronen
- Zahnputzschule

Melina Atefi  
Maria Schirasi  
Hohenzollernring 37  
50672 Köln  
Tel. 0221 2709570

www.nemo-am-ring.de