



## Stillen und Karies im Kleinkindalter

Dr. med. dent. Vera Hüttemann

Hauptstr. 32  
D-77830 Bühlertal  
huettemann-buehlertal@t-online.de  
Tel: +49-7223-991515

### Kurzbiographie

Tätigkeit als niedergelassene Zahnärztin in eigener Praxis seit 2000, Behandlungsschwerpunkte Kinderzahnheilkunde, Kieferorthopädie, Funktionstherapie

### Kurzbeschreibung

Immer wieder werden die Beziehungen zwischen Stillen und Kariesentstehung kontrovers diskutiert. Hier möchte der Vortrag die Vorgänge aufzeigen, die zur Karies führen und die Schutzmechanismen benennen, die die Muttermilch im Gegensatz zu Milchersatzprodukten bietet. So kann gezeigt werden, dass Stillen die optimale frühkindliche Prophylaxe der Mundgesundheit darstellt.

### Abstract

Im Zusammenhang mit Langzeit-Stillen wird immer wieder die erhöhte Kariesgefährdung des Kindes nach erfolgtem Zahndurchbruch durch die häufige Aufnahme von Muttermilch diskutiert. Denn Muttermilch enthält Kohlenhydrate, die von Karies-auslösenden Streptococcus-mutans-Bakterien zu Milchsäure verstoffwechselt werden können. Diese demineralisiert den Zahnschmelz und verursacht so Karies.

Gibt es also tatsächlich einen zwingenden Zusammenhang zwischen prolongiertem Stillen und frühkindlicher Karies?

Beim Menschen ist Karies eine Zivilisationskrankheit, die es erst seit ca. 8000 Jahren gibt. Den modernen Menschen aber gibt es schon seit 100.000 Jahren. Mit anderen Worten: 92.000 Jahre wurden Menschenkinder gestillt, ohne Karies davon zu bekommen.

Immer wieder sind schon bei kleinen Kindern sehr schwere Kariesfälle zu beobachten, meist verursacht durch eine häufige Zufuhr von gesüßten Tees oder Fruchtsäften in Nuckelflaschen. Auch Muttermilch enthält Zuckerverbindungen (Laktose), bietet jedoch gegenüber Milchersatzprodukten viele Schutzmechanismen:

- gelangt beim Stillen direkt in den Rachen ohne Zahnkontakt,
- der Speichel-pH-Wert wird kaum abgesenkt,
- enthält mütterliche Antikörper IgA, IgS und Lactoferrin
- Hoher Gehalt an Mineralien

In neuesten Untersuchungen konnte kein kausaler Zusammenhang zw. Stillen und frühkindlicher Karies hergestellt werden. Im Gegenteil: Kinder, die mindestens 40 Tage gestillt wurden, erkrankten seltener an frühkindlicher Karies als andere.

Muttermilch kann deshalb als eine Art „Karieskiller“ angesehen werden.

Als weiteren Schutz haben sich Fluoride in der Kariesprophylaxe sehr bewährt. Sie greifen an verschiedenen Punkten in die Kariesentstehung hemmend ein: Der Zahnschmelz wird säureresistenter, die Remineralisierung wird beschleunigt und der Stoffwechsel der S.-mutans-



Bakterien wird gehemmt. Die Wirkung ist jedoch fast ausschließlich lokal, weshalb sich eine Tablettenfluoridierung kleiner Säuglinge ohne Zähne verbietet.

Im Sinne einer gesunden Entwicklung und einer möglichst frühen Kariesvermeidung sollten zahnärztlichen Bemühungen in der Praxis deshalb folgende Schritte beinhalten:

- Aufklärung der werdenden Eltern über Primär-Prophylaxe
- Gebiss-Sanierung beider Eltern (ausdrücklich auch der Väter!!!)
- Mundhygienetraining und professionelle Zahnreinigung beider Eltern
- Positive Beeinflussung zum Stillen hin
- Betreuung schon der kleinsten Patienten

**Keywords:** Karies, Primärprophylaxe, Mundgesundheit, Fluoride