

# Wie man richtig seine Zähne putzt

In der Grundschule „Im Odeborntal“ erklärten Zahnärzte die richtige Technik

**Schüller-Wemlighausen.** Kaum sind wir ein paar Monate alt, bekommen wir schon unsere allerersten Zähne. Zuerst sind da die Milchzähne und mit der Zeit wächst unser bleibendes Gebiss nach. Damit es auch ein Leben lang gesund bleibt, müssen wir es täglich gut pflegen, denn unsere Zähne sind schließlich ein wichtiges Werkzeug zum Essen.

Wie genau Zahnpflege aussieht, durften alle Kinder der Grundschule ‚Im Odeborntal‘ kürzlich von Fachleuten lernen. Seit vielen Jahren betreuen Zahnärzte der Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit die Schulen Wittgensteins. So auch Dr. Jens Drohm aus Bad Berleburg, der mit seinen Mitarbeiterinnen Frau Frank und Frau Marburger die Erst- und Zweitklässler in Schüller-Wemlighausen unterrichtet. Nach einem Begrüßungslied stellte Dr. Drohm auch gleich eine ganze wichtige Frage: „Was ist besser? Wenn man sich vor oder nach dem Frühstück die Zähne putzt?“ Und natürlich wussten die Jungen und Mädchen schon gut Bescheid und antworteten: „Natürlich nach dem Frühstück.“ Doch wie macht man das überhaupt richtig? Denn für die richtige Putztechnik ist es auch wichtig zu wissen, was wir eigentlich für Zähne haben. Ein-



**Richtig viel Spaß hatten die Zweitklässler an dieser Station: Mit Knete und Plastikzähnen durften sie ein richtiges Gebiss nachbauen.**

FOTO: ELISABETH SUNKE

mal gibt es die schmalen Schneidezähne, dann die großen Backenzähne und noch spitze Eckzähne. Insgesamt 28 Zähne hat ein vollständiges Gebiss und die gilt es richtig zu putzen. Wie das aussieht, zeigten Dr. Drohm und seine Mitarbeiterinnen den Jungen und Mädchen an verschiedenen Lernstationen. Zum einen gab es tolle Leseblätter, auf denen bebilderte Anleitun-

gen für die richtige Putztechnik und den Aufbau unseres Gebisses standen.

Dazu durften sich die Kinder an anderen Stationen noch selbst Zahnputzbücher herstellen oder sogar mit Knete und echten Zähnen ein Gebiss nachbauen. An einer weiteren Station, zeigte ihnen Frau Frank mit Hilfe von großen Plastikgebissen und Bürsten die richtigen

Bewegungen für die Kau-, Außen- und Innenflächen unserer Zähne.

Besonders über die eigene Zahnbürste und die Zahnputz- uhr, die alle geschenkt bekamen, freuten sie sich. Und nachdem alles zum Schluss fleißig wiederholt wurde, wissen die Kinder bestens Bescheid, worauf sie bei der täglichen Zahnpflege achten müssen.

eli