

Zahnwechsel

„Achtung, herausfallende Zähne“

Zahnwechsel

Ich bin Backi – ein erwachsener Backenzahn auch Mahlzahn genannt, wohne ziemlich weit hinten in deinem Mund. Stell dir vor, als ich im Kieferknochen gewachsen bin und immer größer wurde, hatte ich auf einmal keinen Platz mehr. Ich bin nämlich ein bleibender Zahn, viel größer und auch härter als der Milchzahn.

Du hast vielleicht auch schon einen Milchzahn verloren oder wackelt gerade ein Zahn bei dir im Mund? Vermutlich ist schon ein erwachsener Zahn in deinem Mund zu sehen, vielleicht hast du es noch gar nicht bemerkt, dass ich durchgebrochen bin, dein erster bleibender Backenzahn. Ich werde auch „6er“ genannt und bin gewachsen, ohne dass dir vorher ein Milchzahn herausgefallen ist.

Genau, du bist mitten im Zahnwechsel, das heißt, dir fallen die Milchzähne aus und die bleibenden Zähne kommen nach. Bis bei dir alle erwachsenen Zähne durchgebrochen sind, bist du selbst schon eine junge erwachsene Person.

Warum wackeln die Milchzähne?

Alle erwachsenen Zähne haben schon in deinem Kiefer zu wachsen begonnen, als du 3 Monate alt warst. Da diese immer mehr Platz brauchen, produziert der Körper einen Stoff, der die Wurzel des Milchzahnes auflöst. Ohne Wurzel beginnen die Milchzähne zu wackeln, können sich nicht mehr halten und fallen heraus. Somit ist Platz für die bleibenden Zähne. Wenn du alle Erwachsenenzähne hast, sind in deinem Mund 32 Zähne – 16 unten und 16 oben, das nennt man Erwachsenengebiss. Das Milchgebiss hat nur 20 Zähne – 10 unten und 10 oben.

Zahnarten und ihre Aufgabe

Es gibt verschiedene Zähne und die haben unterschiedliche Aufgaben.

Die Schneidezähne sind ganz vorne im Mund – sie schneiden das Essen ab.

Die Eckzähne sind spitz, halten die Nahrung fest und befinden sich seitlich neben den Schneidezähnen – diese brauchst du zum Abbeißen von harten Lebensmitteln wie z.B. einer Karotte oder eines Apfels, da sie dein Essen spalten.

Und die Backenzähne, auch Mahlzähne genannt, sind ganz hinten im Mund – sie zermahlen das Essen zu einem feinen Brei, damit du es leicht schlucken kannst – „gut gekaut ist halb verdaut“.



Das Milchgebiss hat oben und unten je 4 Schneidezähne, je 2 Eckzähne und je 4 Backenzähne. Beim Erwachsenengebiss ist die Zahl der Schneide- und Eckzähne gleich, jedoch sind oben und unten je 10 Backenzähne.

Wir Zähne, ja wir arbeiten sehr gerne und mögen viel lieber harte Lebensmittel zum Beißen. Weiches, klebriges Essen tut uns gar nicht gut, dann haben wir ja gar nichts zum Arbeiten, es bleibt nur an uns kleben. Und dann, wenn wir schmutzig sind, wird es so richtig gefährlich, dass wir krank werden. Natürlich darfst du auch Süßes essen, aber am besten gleich nach dem Essen und möglichst selten.

Was kannst du tun, damit deine Zähne gesund bleiben?

Wie die Krankheit der Zähne heißt, dass weißt du ja bestimmt schon... ja genau, Karies. Es ist ganz wichtig, auf deine Zähne gut zu achten, damit sie gesund bleiben, da du die Erwachsenenzähne noch dein ganzes Leben lang benötigst.

Damit dein Zahn gut gestärkt wird, ist es notwendig 2x am Tag die Zähne mit einer fluoridhaltigen Zahnpaste gründlich zu reinigen. Du darfst dir auch gerne von deinen Eltern helfen lassen, da richtige und vor allem saubere Zahnpflege gar nicht so leicht ist und viel Übung erfordert. Fußballspielen, Tanzen, Rechnen...übst du ja auch.

Wichtig ist noch, den Zahnarzt oder die Zahnärztin 2x im Jahr zu besuchen, damit bei deinen Zähnen eine Kontrolle durchgeführt werden kann. Solltest du Schmerzen spüren, dann ganz schnell einen Termin beim Zahnarzt oder der Zahnärztin vereinbaren.