

## Die KAI-Putztechnik

Ab dem 2. Lebensjahr sollten mindestens 2 mal täglich (besser noch nach jeder Mahlzeit) die Zähne gereinigt werden mit einer altersentsprechenden Kinderzahnbürste und einer erbsengroßen Menge Kinderzahnpaste.

Durch die einfache KAI-Putztechnik ermöglichen Sie Ihrem Kind Schritt für Schritt selbstständig motiviert die Zähne zu pflegen. Die KAI-Systematik berücksichtigt die altersgemäße Entwicklung der Motorik und lässt sich bei Schulkinder fließend in die BASS-Technik überführen.

**K = Kauflächen** putzen mit horizontalen Schubbewegungen 2-4 jährige Kinder führen Bewegungen aus dem Körper oder aus der Schulter (ganzer Arm) aus. Gradlinige Bewegungen fallen dabei leichter als Kreise. Die Hin- und Herbewegungen auf den Kauflächen können zunächst bei zweijährigen noch unter Führung der Hand durch die Eltern, bald aber auch schon alleine ausgeführt werden. Bis 4-jährige Kinder können oft Ihre Körpermitte bei Bewegungen von links nach rechts oft nicht überschreiten. Das Putzen der rechten Seite mit der rechten Hand und der linken Seite mit der linken Hand sollte daher zugelassen werden.

**A = Außenflächen** putzen mit großen Kreisen 4-jährige Kinder haben die entwicklungsspezifische handmotorische Lernreife erreicht Kreise malen zu können und auch die Körpermitte kann überschritten werden. Bei zusammengebissenen Zähnen werden zunächst große Kreise auf den Außenflächen der Zähne „gemalt“, die gleichzeitig die obere und untere Zahnreihe umfassen

**I = Innenflächen** putzen mit kleinen Rüttelbewegungen Bei 5- 6 jährigen Kindern ist die Motorik aus dem Handgelenk so weit ausgebildet, dass die Innenflächen der Zähne mit Auswischbewegungen gereinigt werden können.

Sind kleine kreisende Bewegungen möglich, so kann auf die modifizierte Bass-Technik umgestellt werden (meist im Schulalter); die Kreise werden hierbei kleiner und beschränken sich nur noch auf eine Zahnreihe. Die Systematik (erst alle Kauflächen, dann alle Außenflächen, dann alle Innenflächen putzen) sollte beibehalten werden. Erst mit Beginn der Schulzeit wird Ihr Kind sich ausreichend systematisch die Zähne putzen können. Bis dahin sollten Eltern kontrollieren und täglich nachputzen, am besten abends vor dem Schlafengehen. Verwenden Sie ab dem Grundschulalter normale Erwachsenenzahnpasta, da diese einen höheren Gehalt an Fluorid hat, welches die Zahnschmelz härtet.

## **Zähne putzen ist ganz einfach! - Kurzanleitung**

Man braucht nur eine Zahnbürste, einen Becher und Zahnpasta und schon kann's losgehen. Mund ausspülen, Zahnbürste nass machen, Zahnpasta drauf, Zahnbürste in den Mund und dann kommt die "KAI"-Putztechnik:

### **K = Kauflächen putzen**

Begonnen wird bei den Kauflächen der Backenzähne. Die Bürste wird mit horizontalen Hin- und Herbewegungen geführt. Alle Kauflächen werden so links und recht, oben und unten geputzt.

### **A = Außenflächen putzen**

Die Schneidezähne werden aufeinander gestellt, die Zahnreihen bleiben geschlossen und die Bürste malt große Kreise auf die Außenflächen. Dabei wird die Zahnbürste ganz hinten angesetzt, wird rundherum am Zahnbogen entlang geführt, bis man auf der anderen Seite ankommt.

### **I = Innenflächen putzen**

Die Zahninnenflächen werden mit kleinen Kreisen oder mit Drehbewegungen von "rot nach weiß" gereinigt. Auch hier keinen Zahn vergessen = links und rechts und oben und unten gründlich putzen!