Bildung
Rutschbergstrasse 18 8608 Bubikon
Tel. 055 253 33 70 bildung@bubikon.ch www.schule-bubikon.ch

SCHULE BUBIKON

Informationsblatt
Zahngesundheitserziehung in der Schule

Zweck und Ziel

Zahnmedizinische Vorbeugung ist ein Teil der Gesundheitserziehung in der Schule.

Die Schülerinnen und Schüler erlernen eine systematische und wirkungsvolle Technik der Zahnreinigung anhand des Merkblatts «Systematik des Zähnebürstens (in den Schulen instruierte Methode)». Sie eignen sich Wissen an zu Themen wie gesunde Ernährung und zur Entstehung und Bekämpfung von Karies und Zahnfleischentzündungen. Je mehr der junge Mensch über Zahnerkrankungen weiss, desto wirksamer kann er sich dagegen schützen.

Fluorid-Anwendung

Fluorid dient der äusserlichen Anwendung am Zahn zur Kariesvorbeugung. In der Schule verwenden wir ausschliessliche fluoridierte Kinder- resp. Junior-Zahnpasten (keine hochkonzentrierten Fluorid-Gelées).

Kindergartenstufe

2 x jährlich:	**Zahnbürstübungen mit fluoridhaltiger Kinderzahnpasta (kein Fluorid-Gelée)**

1. - 6. Primarstufe

2 x jährlich:	**Zahnreinigung mit fluoridhaltiger Juniorzahnpasta (kein Fluorid-Gelée)**

Wirkung von Fluorid an den Zähnen
Fluorid verbessert die Remineralisierung der Zähne, indem es hilft, die durch Säuren herausgelösten Mineralien wieder in den Zahnschmelz einzubauen. Es härtet die Zähne und macht sie resistenter gegen Säuren. Der Zahnschmelz erhält dadurch wieder eine intakte Oberfläche. Zudem hemmt Fluorid das Bakterienwachstum.

Anwendung von hochkonzentrierten Fluoridpräparaten zu Hause
Empfehlung: Einmal wöchentlich die Zähne gründlich mit Fluorid-Gelée bürsten.
Nach der lokalen Anwendung wird der Fluorid-Gelée ausgespuckt. **Während mindesten einer Stunde sollte nichts gegessen und getrunken werden.** Das Fluorid wirkt dadurch länger auf den Zahnschmelz ein und bietet somit einen besseren Schutz vor Karies.

Themenspezifischer Unterricht

1. – 3. Oberstufe

Im normalen Unterricht integriert:	**Unterricht zu verschiedenen aktuellen Themen im Zusammenhang mit der Gesunderhaltung der Zähne.**

Die Schulpflege bittet um tatkräftige Unterstützung bei diesen vorbeugenden Massnahmen.

Bubikon, November 2025