

Bürstadt (Bergstraße)

## Bürstadt: So lernen Kinder früh, ihre Zähne gesund zu halten

An der Schillerschule in Bürstadt stand am Mittwoch die Zahngesundheit im Mittelpunkt. Die Kinder lernen, wie wichtig Kauen und gesunde Ernährung für starke Zähne sind.

Bürstadt. Die Zahngesundheit im Fokus: Der „Tag der Zahngesundheit“ steht in diesem Jahr unter dem Motto „Gesund beginnt im Mund – Kau dich fit!“ Eigentlich erst für Freitag, 25. September, terminiert, fand er an der Schillerschule in Bürstadt bereits statt. Organisiert wurde die Veranstaltung in enger Kooperation mit dem Zahngesundheitsdienst des Kreises Bergstraße. Die Verantwortlichen wollen ein Bewusstsein dafür erzeugen, wie wichtig es ist, das Thema Mundhygiene schon im Kindesalter ernst zu nehmen.

„Wisst Ihr, warum es der Hai so gut hat?“, stellte Thorsten Wiechmann eine Frage in den Raum, die bei so manch einem seiner jungen Zuhörer Verwunderung bewirkte. Am Ende des Tages löste der Leiter der Schillerschule das Rätsel auf: „Seine Zähne wachsen nach!“ Das ist ein Luxus, der dem Menschen nicht beschieden ist. Vor diesem Hintergrund befassten sich die Schülerinnen und Schüler der dritten Klassen am Mittwoch mit der Pflege ihrer Zähne.

Der Austausch zwischen den Kindern und ihrem Schulleiter fand im Foyer der Schule statt. Hintergrund war der bundesweite „Tag der Zahngesundheit“, der dem Thema Mundhygiene und Prophylaxe gewidmet ist. In dessen Verlauf erfuhren die Schülerinnen und Schüler von Fachleuten, die der Zahngesundheitsdienst des Kreises Bergstraße nach Bürstadt entsendet hatte, worauf es dabei im Besonderen ankommt: auf kräftiges Kauen und eine gesunde Ernährung.

**Schulküche wird zum Labor**

So wandte sich auch der Kreisbeigeordnete Matthias Schimpf an die Schülerinnen und Schüler, die sich vor der Treppe im Foyer auf den Boden gesetzt hatten und dort einen Zahn ausfüllten, dessen Form man aufgetragen hatte. „Heute habt Ihr gelernt, wie wichtig es ist, dass wir unsere Zähne regelmäßig putzen“, machte Schimpf deutlich. Für viele der Kids war es am Mittwoch das erste Mal, dass sie auf einem Hackbrett Obst und Gemüse zugeschnitten haben. Das geschah in der neuen Schulküche, die sozusagen als Labor für den Aktionstag genutzt wurde.

Warum? Weil neben der Prozedur des Kauens auch eine gesunde Ernährung den Zähnen in die Karten spielt. Nicht ohne Grund lautete das Motto dieses jährlich stattfindenden Aktionstages „Kau dich fit!“. Eltern, das raten Experten, sollten mit der Zahnpflege bei ihren Kindern beginnen, sobald der erste Milchzahn durchgebrochen ist. Zwar entwickeln Kinder im Laufe der Zeit eine zunehmende Autonomie bei der Mundpflege, doch sollten die Erziehungsberechtigten weiterhin dranbleiben.

### **Eigenverantwortlichkeit der Schüler zu stärken**

Eine Faustregel lautet demnach, dass wer schon so früh wie möglich lernt, seine Kauwerkzeuge auf korrekte Art zu putzen, später bessere Chancen auf eine gute Gesundheit hat – und zwar ein Leben lang. Die Workshops, die am Mittwoch in der Schulküche abgehalten wurden, zielten darauf ab, die Eigenverantwortlichkeit der Schüler zu stärken. Zusammen mit ihren rührigen Betreuerinnen, die vom Kreisgesundheits-

amt gestellt wurden, bereiteten sie verschiedene Snacks zu, die man im Anschluss probieren konnte. Lernen ging in diesem Fall sprichwörtlich durch den Magen.

Zubereitet wurde in der Folge ein reichhaltiges Büfett, das unter anderem aus Paprikaschnitten, Pizzaschnecken und in Melonen gesteckten Früchtespießen bestand. Letzteres erinnerte an einen Igel. Spielerisch erfuhren die Kinder so, was für Lebensmittel gesund für Körper und Zähne sind. Es gibt demnach eine Reihe von Regeln, die es zu befolgen gilt, wenn man dahingehend Erfolg haben will. Unter anderem regelmäßig Wasser zu trinken, sein Essen gut zu kauen, die Zähne wenigstens zweimal am Tag zu putzen und zweimal im Jahr zu einer zahnärztlichen Kontrolle zu gehen.

### **Aha-Effekt stellt sich ein**

Sobald im Gebiss Schmerzen auftreten, so bekamen die Schülerinnen und Schüler mit ans Herz gelegt, sollten sie sich einem Erwachsenen anvertrauen, so dass er bei Bedarf einen Termin beim Zahnarzt vereinbaren kann. Bei den Gesprächen, die sozusagen über den Küchentisch hinweg stattfanden, stellte sich auch noch der eine oder andere Aha-Effekt ein.

„Einige von unseren Kindern waren wirklich sehr darüber überrascht, dass der Genuss von Käse eigentlich gar nicht ungesund ist“, machte Kirsten Baye vom Kreisgesundheitsamt deutlich, die gerade dabei war, letzte Hand an einen der Obstspieße zu legen. Zwar sei Käse durchaus fettreich, doch sei

auch in diesem Fall die Dosis ausschlaggebend. Zumal das darin enthaltene Calcium gesund sei. Am Ende des „Ta-

ges der Zahngesundheit“ wurden die Kinder mit einem satten Magen und ei-

nem Zahnputzset als Geschenk wieder nach Hause entlassen.

Wörter: 689  
Autor/-in: Manfred Ofer  
Medienkanal: ONLINE  
Mediengattung: Online News  
Medientyp: ONLINEMEDIEN

Ausgabe: Einzelausgabe  
Visits (VpD)<sup>1</sup>: 256

Weblink: <https://www.echo-online.de/lokales/kreis-bergstrasse/buerstadt-bergstrasse/buerstadt-so-lernen-kinder-frueh-ihre-zaehne-gesund-zu-halten-6284756>

<sup>1</sup> von PMG gewichtet 06-2026

**Fotograf/-in:** Manfred Ofer