Zeitschrift: Pestalozzi-Kalender
Herausgeber: Pro Juventute
Band: 53 (1960)
Heft: [2]: Schüler

Artikel: Kranke Zähne : kranker Körper
Autor: Gutherz, M.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-989455

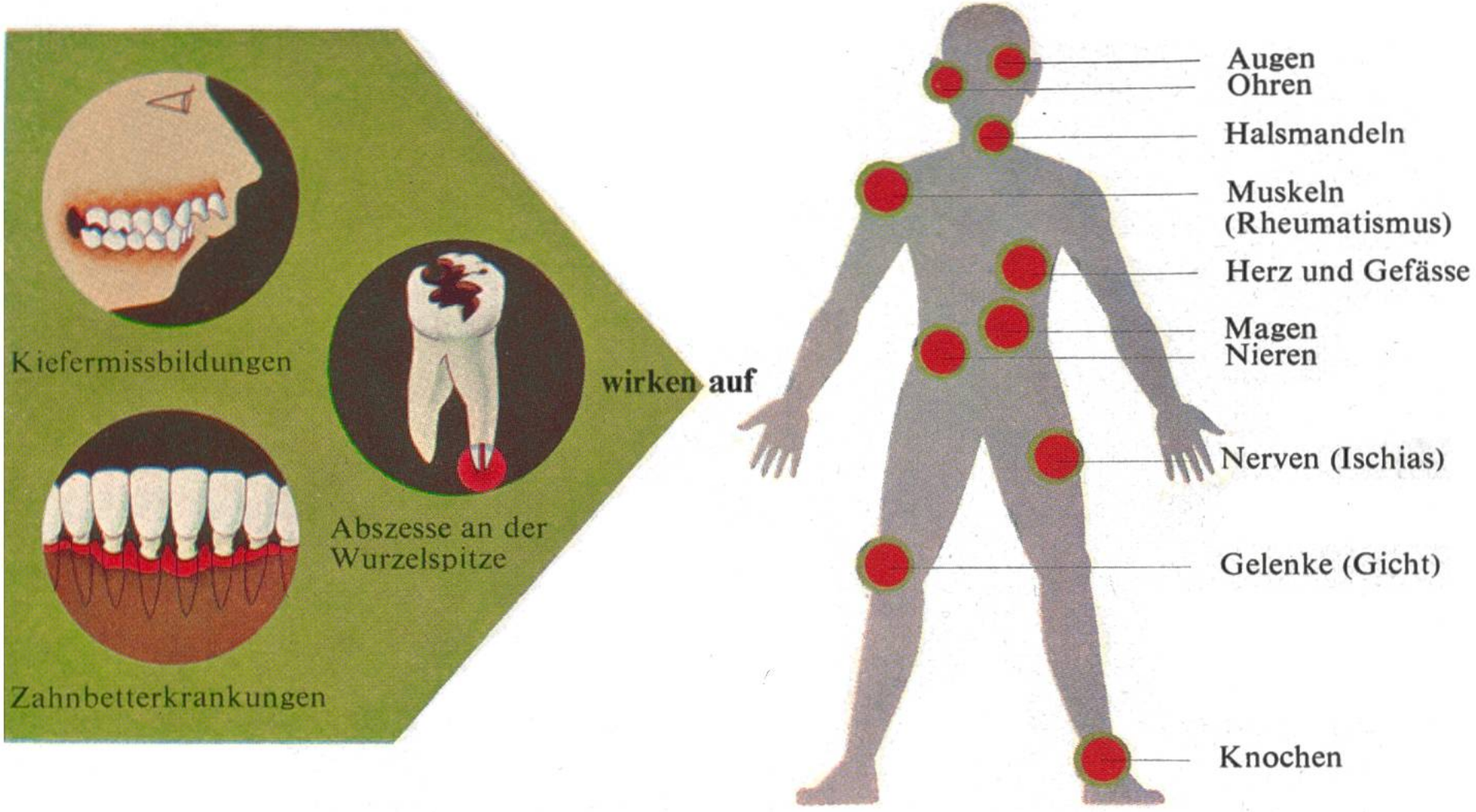
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.09.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



KRANKE ZÄHNE = KRANKER KÖRPER

«Der Zahnreisser», ein Bild aus dem 17. Jahrhundert. Damals zogen die «Zahnreisser» von Stadt zu Stadt, von Ort zu Ort. Wieviel Schmerzen und Ängste mussten die Leute ausstehen, wenn ihnen der «fahrende Zahndoktor» mit dem sog. «Geissfuss» den schmerzenden Zahn entfernte!

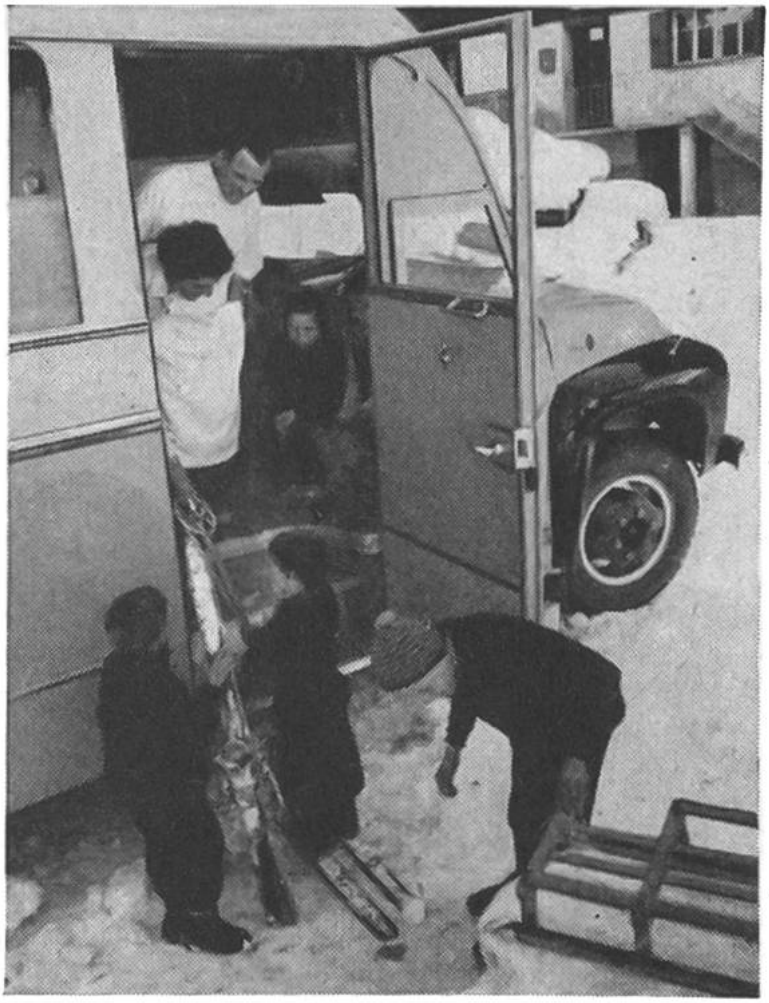
KRANKE ZÄHNE – KRANKER KÖRPER

Kiefermissbildungen, Zahnbetterkrankungen und wurzelkranke Zähne beeinträchtigen die Gesundheit des menschlichen Körpers. Insbesondere sind kranke Zähne, deren Zahnmark abgestorben ist und die an der Wurzelspitze Abszesse aufweisen, eine schleichende Gefahr für den menschlichen Organismus. Von diesen Abszessen oder Infektionsherden können nämlich Krankheitskeime in den Blutkreislauf austreten. Glücklicherweise werden die Keime vom gesunden Körper vernichtet; bei Schwächezuständen jedoch führen die Bakterienherde an den Zähnen zu schweren Allgemeinerkrankungen.
Welche Organe des menschlichen Körpers betroffen werden können, ist auf der farbigen Tafel ersichtlich.

Wieviel besser haben wir es heute! Ohne jede Angst sitzt der Knabe auf dem Behandlungsstuhl und sieht mit Interesse und ohne Furcht dem Tun des behandelnden Zahnarztes zu.

Kranke Zähne bedeuten also nicht nur hässliches Aussehen, üblen Mundgeruch und grosse Schmerzen, sondern sie sind eine ständige Gefahr für unsere körperliche Gesundheit. Ohne gesunde Zähne kein gesunder Körper. Wir hätten daher allen Grund, zu unsern Zähnen Sorge zu tragen. Was müssen wir beachten, um sie möglichst gesund zu erhalten?

1. Richtige Ernährung und gründliches Kauen. Iss reichlich frisches Obst und Gemüse, trinke viel Milch, bevorzuge hartes Schwarzbrot und rohe Rüben. Viele Kinder und Erwachsene nehmen nur weiche, breiige Nahrung zu sich. Dadurch verlernen sie das Kauen; die Zähne müssen keine Arbeit mehr leisten, und es fehlt somit die natürliche Selbstreinigung des Gebisses durch die Kautätigkeit. Jedes Organ des menschlichen Körpers, das nicht sinngemäss gebraucht wird, fällt allzu leicht der Erkrankung anheim. Auch für unsere Zähne gilt das Sprichwort: «Wer rastet, rostet.» Wohl der schlimmste Feind unserer Zähne ist der übertriebene Zuckergenuss. Am allergefährlichsten ist das Schlecken zwischen den Mahlzeiten. Die ungenügende Kautätigkeit und der zu grosse Zuckerverbrauch machen es zur zwingenden Notwendigkeit, dass wir einer peinlich genauen Zahnreinigung die grösste Beachtung schenken, daher:



Fahrbare Zahnklinik. Zu den Schulkindern der abgelegenen Orte im Wallis kommt heute der Zahnarzt mit der modernsten Einrichtung in der fahrbaren Zahnklinik. Im Winter können die Kinder mit den Ski bis vor die Türe des Zahnarztautos fahren. Fahrbare Zahnkliniken gibt es bereits in den Kantonen Wallis, Baselland und St. Gallen.

2. Tägliche Zahn- und Mundpflege. Reinige deine Zähne wenn möglich nach jedem Essen, auf jeden Fall am Morgen und immer am Abend vor dem Zubettegehen. Nach dem Zähneputzen kein «Bettmümpfeli» mehr! Benutze eine mittelharte, nicht zu grosse Zahnbürste und führe sie vom roten Zahnfleisch zum weissen Zahn, also im Oberkiefer von oben nach unten und im Unterkiefer von unten nach oben. Besonders wichtig für Kinder ist die Zahnreinigung der Kauflächen, des «Bödeli» der Backenzähne. Zum Schluss spüle recht kräftig.

3. Regelmässige Kontrolle und frühzeitige Behandlung. Gehe zweimal im Jahr zwecks Kontrolle zum Zahnarzt. Lasse allfällige Schäden rechtzeitig behandeln, damit ersparst du dir nicht nur Schmerzen, sondern vor allem eine teure, langwierige Behandlung. Beherzige diese Ratschläge, und du wirst nicht nur deine Zähne gesund erhalten, sondern auch zur Kräftigung deines allgemeinen Gesundheitszustandes wesentliches beitragen.

M. Gutherz.

Ausbildungsgang des Zahnarztes. Der Beruf des Zahnarztes ist in der Schweiz ein Mangelberuf. Es rührt dies nicht zuletzt von der irrigen Auffassung her, dass der Zahnarztberuf einseitig und eintönig sei. Im Gegenteil – wie die fröhliche Skizze über den Ausbildungsgang des Zahnarztes andeutet, ist nicht nur das Studium, sondern auch die spätere Berufstätigkeit vielgestaltig und abwechslungsreich.
Voraussetzungen für eine erfolgreiche Berufsausübung sind: neben guter körperlicher Konstitution rasche Auffassungsgabe, Eignung zu exakter Arbeit, gepaart mit manuellem Geschick, und Freude am menschlichen Kontakt.