

Kassel, den 6. September 2022

Parmesan für starke Zähne

Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) als Landwirtschaftliche Krankenkasse (LKK) weist in einem Interview mit Prof. Dr. Christoph Benz, Präsident der Bundeszahnärztekammer, darauf hin, dass eine vollwertige Ernährung mit Milchprodukten und viel knackigem Gemüse, frisch aus der Region, großen Einfluss auf die Zahngesundheit hat. Zusammen mit der regelmäßigen zahnärztlichen Prophylaxe und einer guten Mundhygiene hält eine gesunde Ernährung Zähne und Zahnfleisch gesund.

Mit dem Slogan „Gesund beginnt im Mund“ werben die gesetzlichen Krankenkassen und die Zahnärzteschaft zum Tag der Zahngesundheit am 25. September für eine mundgesunde Lebensweise. Die SVLFG betont in diesem Jahr den Wert der zahngesunden Ernährung. Doch welche Lebensmittel gehören dazu? Überreife Bananen sicher nicht. Zu leicht klebt sich das stark zuckerhaltige Fruchtfleisch in die Zahnzwischenräume. Fruchtsäuren aus Zitrusfrüchten können Zähne ebenfalls schädigen. Und ständiges schlückchenweises Trinken (Dauernuckeln) von gesüßten Getränken, Fruchtsäften oder Schorlen ist bekanntlich ein Hauptkariesverursacher – vor allem im frühkindlichen Alter. Günstig dagegen sind Gemüse wie Karotten oder Kohlrabi, die zum Kauen anregen. Milchprodukte, allen voran Parmesan, liefern dem Körper wichtiges Kalzium, das er zum Aufbau der Zähne und Knochen benötigt. Tiefgehende Informationen zum Thema zahngesunde Ernährung und zahnärztliche Prophylaxe gibt Prof. Dr. Christoph Benz, Präsident der Bundeszahnärztekammer. Im Interview mit der SVLFG erklärt er zudem, welchen Einfluss die Mundgesundheit auf das gesamte Wohlbefinden einer Person nimmt. Laut Prof. Dr. Benz dürfen Karies & Co. nicht isoliert be-



trachtet werden. Denn Krankheiten der Zähne, des Zahnfleisches, des Kiefers und der Mundschleimhaut belasten den ganzen Organismus und unter Umständen auch die Psyche. Das ausführliche Interview ist online zu finden unter www.svlfg.de/gesund-beginnt-im-mund.

Vorsorgeangebote der gesetzlichen Krankenkassen nutzen

Neben der gesunden Ernährung spielen Mundhygiene und Vorsorgeuntersuchungen eine entscheidende Rolle, wenn es darum geht, Kiefer, Zähne und Zahnfleisch ein Leben lang gesund zu erhalten.

Die LKK bietet ihren Versicherten umfassende und kostenfreie Vorsorgemaßnahmen an. Für Kinder im Alter vom sechsten bis zum 33. Lebensmonat übernimmt die LKK die Kosten für drei zahnärztliche Früherkennungsmaßnahmen. Zusätzlich besteht in diesem Alter ein Anspruch auf Anwendung von Fluoridlack zur Zahnschmelzhärtung. Vom 34. Lebensmonat an bis zur Vollendung des sechsten Lebensjahres besteht ein Anspruch auf drei weitere zahnärztliche Früherkennungsmaßnahmen. Ab dem sechsten Lebensjahr bezahlt die LKK für alle Versicherten eine halbjährliche Vorsorgeuntersuchung beim Zahnarzt im Rahmen der Individualprophylaxe sowie jährlich eine Zahnsteinentfernung.

Umfassende Vorsorgeleistungen für Pflegebedürftige

Pflegebedürftige und Menschen mit Behinderungen haben oft ein sehr hohes Karies- oder Parodontose-Risiko. Für diesen Personenkreis umfassen die zahnärztlichen Vorsorgeleistungen die Erhebung des Mundgesundheitsstatus, die Erstellung eines individuellen Mundgesundheitsplans, eine Aufklärung zur Mundgesundheit sowie einen halbjährlichen Anspruch auf Zahnsteinentfernung.

Professionelle Zahnreinigung - das Extra bei der LKK

Die professionelle Zahnreinigung dient der Vorsorge von Karies und chronischer Zahnfleischentzündung. Ursachen sind oft Zahnstein oder Zahnbeläge. Diese werden im Rahmen



der professionellen Zahnreinigung besonders gründlich entfernt. Danach werden die gereinigten Flächen poliert und mit Fluorid gehärtet. Die LKK übernimmt einmal im Kalenderjahr bis zu 80 Prozent der Kosten, maximal 50 Euro.

Mehr Informationen online

Unter www.svlfg.de/zahn-und-mundgesundheits gibt die LKK detaillierte Informationen zur Zahn- und Mundgesundheit sowie zu den zahnärztlichen Vorsorgeleistungen.

SVLFG



QR-Code zum ausführlichen Interview mit Prof. Dr. Benz



QR-Code zu den LKK-Vorsorgeleistungen der Zahn- und Mundgesundheits

