

Zahngesundheit

Schnuller, Daumen  
und Co

STUTTGART

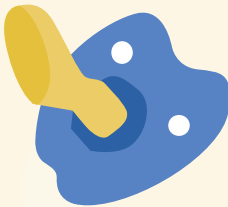


## Überlebenswichtiger Reflex

Ohne Nuckeln keine Nahrung: Das Saugbedürfnis von Babys erfüllt naturgemäß eine überaus wichtige Funktion. Doch wussten Sie, dass es darüber hinaus der Entwicklung des kindlichen Kau- und Sprechapparats dient? Die Anstrengung beim Nuckeln an der Brust oder Flasche regt das Wachstum der Kieferknochen an und beeinflusst die spätere Zahn- und Kieferstellung entscheidend.

## Nuckeln ohne Ende?

Viele Kinder beginnen schon als Baby, an Daumen, Fingern oder Bettzipfeln zu lutschen. Ihr Kind nuckelt auch? Dann bieten Sie lieber einen kiefergerechten Schnuller an, denn dieser lässt sich später leichter abgewöhnen. Warum das nötig ist? Dauerndes Lutschen und Nuckeln kann zu Verformungen des Ober- und Unterkiefers führen. Es entsteht ein „Offener Biss“, was bedeutet, dass obere und untere Schneidezähne nicht mehr schließen. Auch sogenannte asymmetrische Deformationen sind möglich, also eine Schiefstellung der Zahnreihen.



*Gut für Kind und Kiefer: Die Form des kiefergerechten Schnullers soll das Risiko eines offenen Bisses mindern.*

Bei einer extremen Ausprägung ist es Kindern mit offenem Biss nicht mehr möglich, mit den Schneidezähnen abzubeißen oder die Lippen ganz zu schließen. Die Zunge legt sich dauerhaft zwischen die Zahnreihen und hält den entstandenen Raum zwischen Ober- und Unterkiefer offen. Bemerkbar macht sich dieses Problem nicht zuletzt, weil viele Kinder anfangen zu lispeln, also S- und Z-Laute nicht mehr scharf aussprechen. Meistens ist eine logopädische Behandlung nötig, um das Lispeln wieder loszuwerden.

*Kieferfehlstellungen  
aufgrund von  
Daumenlutschen  
und Dauernuckeln.*



## Lalla, Schnulli oder Nucki

Wie heißt der Schnuller in Ihrer Familie? Kinder und Eltern lieben den Schnuller wegen seiner beruhigenden Wirkung. Spätestens zum dritten Lebensjahr jedoch sollten Kinder das Nuckeln ablegen, damit sich eine entstandene Kieferverformung noch von selbst ganz oder teilweise ausgleichen kann. Bleibt der Schnuller oder der Daumen im Mund, kann sich die Verformung auch auf die bleibenden Zähne übertragen, so dass eine aufwändige kieferorthopädische Behandlung erforderlich wird.

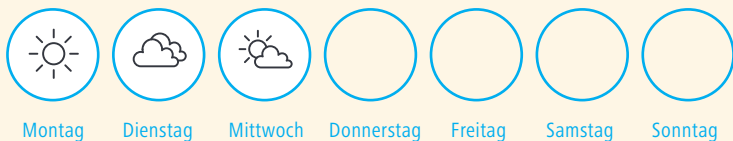
Schon gewusst? Etwa ab dem ersten Geburtstag können Kinder aus einem Becher trinken. Eine Nuckelflasche ist nun nicht mehr nötig.



## Entwöhnen – aber wie?

Die Liebe zum Schnuller wandelt sich bei Eltern angesichts der Entwöhnung oft zur Hassliebe – denn manche Kinder sind sehr beharrlich in ihrem Nuckelbedürfnis. Helfen können hier fantasievolle Geschichten wie die von der Schnullerfee, ein gemeinsamer Besuch des Schnullerbaums im Park oder Bilderbücher, die sich um das Verschwinden des Schnullers drehen.

Wenn der Schnuller nicht mehr zur Verfügung steht, behelfen sich manche Kinder einfach mit dem Daumen. Seien Sie beruhigt: Auch das Daumenlutschen lässt sich mit Geduld, Motivation und Lob abgewöhnen. Ein „Erfolgs-Kalender“ kann hilfreich sein, in den das Kind für jeden Tag ohne Daumen einen Sticker kleben darf.



*Beispiel für einen „Erfolgskalender“, mit dem sich das Daumenlutschen abgewöhnen lässt. In der Regel dauert das ein paar Wochen. Bleiben Sie geduldig, aber konsequent.*

# Haben Sie Fragen?

Dann wenden Sie sich bitte an Ihre Zahnarztpraxis  
oder an die:

Landeshauptstadt Stuttgart

**Gesundheitsamt**

Zahngesundheit

Schloßstraße 91

70176 Stuttgart

Telefon 0711 216-59352



Herausgeberin: Landeshauptstadt Stuttgart, Gesundheitsamt,  
Abteilung Kinder-, Jugend- und Zahngesundheit, Soziale Dienste in  
Verbindung mit der Abteilung Kommunikation; Gestaltung: Karin Mutter  
Illustration: Getty Images/©RobinOlimb (Titel), -/©Nadiinko  
Mai 2023