

Hygieneempfehlungen für das Zähneputzen in Kinder-Gemeinschaftseinrichtungen

Warum Zähneputzen im Kindergarten so wichtig ist

Schon im Kindergarten beginnt eine Phase, in der Kinder unglaublich schnell lernen, Routinen entwickeln und ihr eigenes Körpergefühl entdecken. Genau deshalb ist das gemeinsame Zähneputzen dort viel mehr als nur eine hygienische Maßnahme. Es ist ein kleines tägliches Ritual, das gleich mehrere wichtige Funktionen erfüllt.

1. Gewohnheiten entstehen früh – und bleiben oft ein Leben lang

Kinder sind Meister darin, Routinen zu verinnerlichen. Was sie regelmäßig tun, wird für sie selbstverständlich. Wenn Zähneputzen im Kindergarten fest dazugehört, wird es zu einem normalen Teil des Tages – ähnlich wie Hände waschen oder Schuhe anziehen. Diese Selbstverständlichkeit begleitet die Kinder später in die Schulzeit und darüber hinaus.

2. Spielerisches Lernen stärkt die Zahnpflege

Im Kindergarten passiert Lernen selten über trockene Erklärungen. Es wird gesungen, gelacht, ausprobiert. Zähneputzen wird zu etwas Positivem, weil

- die Kinder gemeinsam putzen,
- die Erzieherinnen und Erzieher es vormachen,
- es kleine Rituale oder Reime gibt.

So macht Zähneputzen Spaß.

3. Schutz vor Karies

Milchzähne sind empfindlicher als bleibende Zähne. Ihre Oberfläche ist dünner und Karies kann sich schneller ausbreiten. Es wird häufig unterschätzt, dass gesunde Milchzähne von großer Bedeutung für das Kauen sind und damit eine gesunde Ernährung ermöglichen. Sie halten Platz für die späteren bleibenden Zähne und sind wichtig für die Sprachentwicklung.

Regelmäßiges Zähneputzen im Kindergarten ergänzt die Zahnpflege zu Hause. So wird dafür gesorgt, dass die Zähne über den Tag hinweg geschützt sind.

4. Zähneputzen stärkt Selbstständigkeit und Verantwortungsgefühl

Kinder lernen im Kindergarten, Dinge selbst zu tun: ihre Jacke anzuziehen, die Hände zu waschen, aufzuräumen. Das Zähneputzen gehört auch dazu.

Die Kinder erleben:

- Ich kann das selbst.
- Ich kümmere mich um meinen Körper.
- Ich übernehme Verantwortung.

Das stärkt ihre motorischen Fähigkeiten und ihr Selbstbewusstsein.

5. Gemeinsames Zähneputzen schafft Vorbilder und Orientierung

Kinder beobachten andere Kinder und ahmen sie nach. Wenn alle gemeinsam die Zähne putzen, entsteht ein Gruppengefühl. Niemand ist „der Einzige“, der es tun muss. Und in der Gruppe macht es Spaß. Gleichzeitig sehen die Kinder, wie Erwachsene ihre Zähne pflegen und übernehmen dies. Das ist oft wirkungsvoller als jede Erklärung.

6. Gesundheitsbildung beginnt früh

Das Zähneputzen im Kindergarten ist der Einstieg in ein größeres Thema: Wie halte ich meinen Körper gesund? Warum ist die Zahnpflege wichtig? Was passiert, wenn ich es nicht tue?

Diese frühen Erfahrungen prägen das Verständnis von Gesundheit und Selbstfürsorge.

Fazit

Das Zähneputzen im Kindergarten ist ein kleines Ritual mit großer Wirkung. Es schützt nicht nur die Zähne, sondern fördert Selbstständigkeit, vermittelt Gesundheitswissen und schafft positive Gewohnheiten, die die Kinder ein Leben lang begleiten. Gute Mundhygiene trägt dazu bei, die Abwehr gegen Infektionen zu stärken. Auch deswegen wird das tägliche Zähneputzen in Kinder-Gemeinschaftseinrichtungen ausdrücklich empfohlen.



Checkliste für hygienisch unbedenkliches Zähneputzen in Kitas

Allgemeine Voraussetzungen

- Die Kita verfügt über einen aktuellen, auf die Einrichtung abgestimmten Hygieneplan, der auch Vorgaben für das tägliche Zähneputzen enthält.
- Eine Betreuungsperson ist für das Zähneputzen verantwortlich.
- Vor der Ausgabe der Zahnbürsten und der Zahnpasta sowie nach dem eigenen Zähneputzen wäscht sich die Betreuungsperson die Hände mit Seife.
- Das Waschbecken muss unter Beachtung des Personalschutzes nach dem Zähneputzen gereinigt werden. Ablagen und Becherregale sind bei sichtbarer Verschmutzung bzw. täglich zu reinigen.
- Die Betreuungsperson achtet beim eigenen Zähneputzen auf ausreichenden Abstand zu den Kindern.

Materialien und Waschräume

- Jedes Kind hat seine eigene altersgerechte Kinderzahnbürste und seinen eigenen Becher. Beides ist mit einem wasserfesten Stift namentlich oder mit einem Symbol gekennzeichnet.
- Kinder mit chronischen Vorerkrankungen, die nach Einschätzung ihrer behandelnden Ärzte eine Immunschwäche hervorrufen, sollten ihre eigene Zahnbürste und ihre eigene Zahnpasta entweder in einer der im Handel erhältlichen abschließbaren, gut belüfteten Boxen aufbewahren oder täglich in die Einrichtung mitbringen.
- Jedes Kind hat im Waschraum einen festen, gekennzeichneten Aufbewahrungsort für seine Zahnputzutensilien. In Frage kommen gut zu reinigende Aufbewahrungssysteme, zum Beispiel Zahnputzbecherleisten. Wichtig ist, dass die nach Gebrauch gut ausgespülten Zahnbürsten mit dem Kopf nach oben zum Trocknen aufgestellt werden können, ohne dass die Köpfe sich berühren. Sollten die Zahnbürsten und Becher in einem abschließbaren Schrank gelagert werden, ist es wichtig, dass dieser Schrank gut zu belüften ist.
- Die Materialien sollen von den Kindern nicht ohne Aufsicht entnommen und nicht zweckentfremdet werden.
- Die Zahnbürsten werden regelmäßig ausgetauscht: Spätestens alle drei Monate und sofort nach einer schweren Infektionskrankheit (beispielsweise bakterielle Infektionen wie Scharlach oder Hirnhautentzündung) des Kindes.
- Die Zahnputzbecher sind spülmaschinenfest bei mindestens 60 °C und dienen der Aufbewahrung der Zahnbürste. Einmal in der Woche werden die Becher in der Spülmaschine gespült. Es sollten dann ausschließlich Zahnputzutensilien gereinigt werden. Nach schwerer Infektionskrankheit (s.o.) sollte der Zahnputzbecher auch außerhalb der wöchentlichen Routine in der Spülmaschine gespült oder ganz ausgetauscht werden.



Zähneputzen in der Kita – so kann es gehen!

- Die Kinder gehen in Gruppen mit einer Betreuungsperson zum Zähneputzen. Diese leitet die Kinder an.
- Alle Kinder erleben regelmäßig, dass auch ihre Bezugsperson sich die Zähne putzt (Lernen am Modell). Beim Zähneputzen in Kleingruppen kann die Bezugsperson natürlich nicht immer mitputzen. Sie sollte jedoch darauf achten, dass alle Kinder sie regelmäßig als Rollenmodell erleben.
- Bei der Ausgabe der Zahnputzutensilien wird darauf geachtet, dass jedes Kind nur mit seinen eigenen Materialien in Berührung kommt.
- Für das Zähneputzen erhalten Kinder ab zwei Jahren eine erbsengroße Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (1000 ppm Fluorid). Die Betreuungsperson sorgt für die korrekte Dosierung. Kinder unter zwei Jahren putzen im Regelfall mit einer feuchten Zahnbürste ohne Zahnpaste ihre Zähne.
- Die Zahnpaste-Tube berührt die Bürste nicht. Die Portionierung kann beispielsweise über einen großen Teller erfolgen, von dem die „Erbsen“ abgenommen werden. Der Teller wird anschließend in der Spülmaschine gereinigt.
- Jedes Kind putzt sich selbst nach eigenem Vermögen und Lernstand die Zähne. Das pädagogische Personal hilft nicht tätig beim Putzen und putzt nicht nach. Es unterstützt verbal, durch Bestärkung und Vorbild.
- Die Kinder spucken ins Waschbecken aus, reinigen die Zahnbürste gründlich unter fließendem Wasser und spülen auch das Waschbecken mit fließendem Wasser nach. Dabei sollte die Zahnbürste möglichst nicht abgelegt, sondern in der Hand behalten werden.
- Die Zahnbürste wird an ihrem Platz zum Trocknen aufgestellt.
- Die Kinder waschen sich bei Bedarf anschließend die Hände mit Seife.
- Nach der Nutzung des Waschraums durch eine Zahnputzgruppe ist eine Stoßlüftung sinnvoll.



Professionelle Beratung nutzen

Die Akteurinnen und Akteure der Zahnmedizinischen Gruppenprophylaxe in Deutschland, die in mehr als 370 regionalen Arbeitsgemeinschaften nahezu flächendeckend vor Ort vertreten und in 17 Landesarbeitsgemeinschaften organisiert sind, beraten die Verantwortlichen in Gemeinschaftseinrichtungen, wie Kinder sicher Zähne putzen.

Generell gelten alle dargestellten Hygiene- und Gesundheitsschutzregelungen auch für das Zähneputzen im Rahmen der Gruppenprophylaxe mit den externen Akteurinnen und Akteure.

Diese Informationen wurden vom Institut für Hygiene und Öffentliche Gesundheit der Universitätsklinik Bonn im Rahmen des Projekts Hygiene-Tipps für Kids in Zusammenarbeit mit der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Jugendzahnpflege e.V. (DAJ) von Prof. Dr. med. Nico T. Mutters, Dr. Jürgen Gebel, Carola Ilschner, Prof. Dr. Christoph Benz, Dr. Steffi Beckmann und Dr. Michael Schäfer weiterentwickelt. Die Ausarbeitung wird regelmäßig auf Aktualität überprüft.

Korrespondenz:

DAJ, Dr. Steffi Beckmann, E-Mail: beckmann@daj.de

DAJ, Dr. Michael Schäfer, E-Mail: schaefer@daj.de

Institut für Hygiene und Öffentliche Gesundheit am Universitätsklinikum Bonn: Carola Ilschner, E-Mail: carola.ilschner@ukbonn.de

Quellen und weiterführende Informationen

Berg B, Cremer M, Flothkötter M, Koletzko B, Krämer N, Krawinkel M, Lawrenz B, Przyrembel H, Schiffner U, Splieth C, Vetter K, Weißenborn A. Kariesprävention im Säuglings- und frühen Kindesalter. Handlungsempfehlungen des bundesweiten Netzwerks Gesund ins Leben. Monatsschr Kinderheilkd 2021, 169. DOI: [10.1007/s00112-021-01167-z](https://doi.org/10.1007/s00112-021-01167-z)

Exner M, Simon A und DLH (Hrsg.). Infektionen? Nein, danke! Wir tun was dagegen. Vermeidung übertragbarer Krankheiten bei Patienten mit Abwehrschwäche im häuslichen Umfeld. 8. Auflage, 8/2025. Abrufbar unter <https://hygiene-tipps-fuer-kids.de>.

Informationen zur Hygiene im Alltag unter: <https://hygiene-tipps-fuer-kids.de/>

Bildquellen der Illustrationen: pixabay.com