**Vorwort**

Seit vielen Jahren belegt die Schweiz im internationalen Vergleich einen Spitzenplatz betreffend der Mundgesundheit der Bevölkerung. Zeigten sich schon in früheren Jahren insbesondere bei Kindern und Jugendlichen bemerkenswert niedrige Kariesquoten, so hat sich dieser Trend nun auch bei den Erwachsenen fortgesetzt. Dies ist ein Verdienst vieler Personen und Berufsgruppen, die sich aktiv an Aufklärungskampagnen zur Verbesserung der Mundgesundheit beteiligen oder zur Gründung von Institutionen zur Förderung der oralen Gesundheit beigetragen haben.

Nicht zuletzt sind es aber die Menschen, die durch gründliche und regelmässige Mundhygiene die Entwicklung von Karies oder einer Zahnfleischentzündung zu verhindern wissen. Im Mittelpunkt stehen hierbei, neben Ernährungsberatungen und Fluoridierungsmassnahmen, vor allem geeignete Mundhygienemassnahmen, mit denen die Ansammlungen von Bakterien auf den Zahnoberflächen auf ein unkritisches Mass reduziert werden. Diese Bakterien können sonst zu Karies und Parodontitis führen. Um Patienten in ihren Bemühungen um einen gute Mundhygiene, zahngesunde Ernährung und insgesamt eine verbesserte Mundgesundheit zu unterstützen und zu sensibilisieren, wurde bereits vor 20 Jahren Jahren die Broschüre «Zahnschäden sind vermeidbar» unter Federführung von Herrn Dr. Giorgio Meghini (damals Leiter der Station für Orale Epidemiologie in der Klinik für Zahnerhaltung und Präventivzahnmedizin am Zentrum für Zahnmedizin der Universität Zürich) weiterentwickelt. Diese Broschüre bietet umfassende Informationen für Menschen aller Altersgruppen und ist bereits millionenfach an Interessierte im In- und Ausland verteilt worden.

Die Ihnen hier vorliegende Broschüre «Gesunde Zähne – einfach gemacht» richtet sich nun primär an die junge Bevölkerung und deren Eltern. Diese Broschüre wurde durch Dr. Giorgio Menghini als Essenz aus dem Gesamtwerk «Zahnschäden sind vermeidbar» zusammengefasst und auf die für Kinder am Anfang ihrer Schulzeit und ihre Eltern wesentlichen Punkte komprimiert. Selbstverständlich sind aber auch alle anderen Personen und Berufsgruppen, die sich für die Mundgesundheit der Schweizer Bevölkerung und insbesondere der Kinder engagieren, angesprochen.

Um das hohe Niveau der Mundgesundheit in der Schweiz aufrechtzuerhalten oder gar weiter zu verbessern, bedarf es immer wieder neuer Motivation, Initiativen und Anstrengungen. Die vorliegende Broschüre leistet einen wichtigen und wertvollen Beitrag hierzu.

Prof. Dr. Florian Wegehaupt

Leiter Bereich Präventivzahnmedizin und Orale Epidemiologie

Zentrum für Zahnmedizin, Universität Zürich