

Dr. Susanne Schorr

Geschichten aus Doktor Zahntigers Dschungelpraxis

Illustrationen Petr Zubek



 TRIAS

Geschichten aus Doktor Zahntigers Dschungelpraxis

1. Doktor Zahntiger und seine kleinen Freunde 8
2. Hereinspaziert in die Dschungelpraxis 11
3. Doktor Zahntigers Zauber-Werkzeuge 15
4. Zähneputzen - aber richtig! 20
5. Coco und die Wackelzähne 23
6. Nicht alle Zähne sind gleich 27
7. Nikki braucht eine Zahnspange 31
8. Daumenlutschen muss nicht sein! 35
9. Elli und das Loch im Zahn 37
10. Karies - was ist das? 44
11. Cocos Zahn ist abgebrochen 49
12. Nanni und der Zahnlack 52
13. Ute hat Zahnschmerzen 58
14. Zuviel Zucker tut nicht gut! 63
15. Die große Zahnputz-Party 67



1. Doktor Zahntiger und seine kleinen Freunde



Das ist Doktor Zahntiger. Sein Beruf ist Zahnarzt. Er ist ein netter Kerl - immer freundlich und geduldig. In seiner Dschungelpraxis kümmert er sich um die Zähne der anderen Tiere. Doktor Zahntiger sorgt dafür, dass die Zähne lange schön und gesund bleiben. Und wenn doch mal ein Zahn krank wird, dann kann er ihn wieder reparieren.

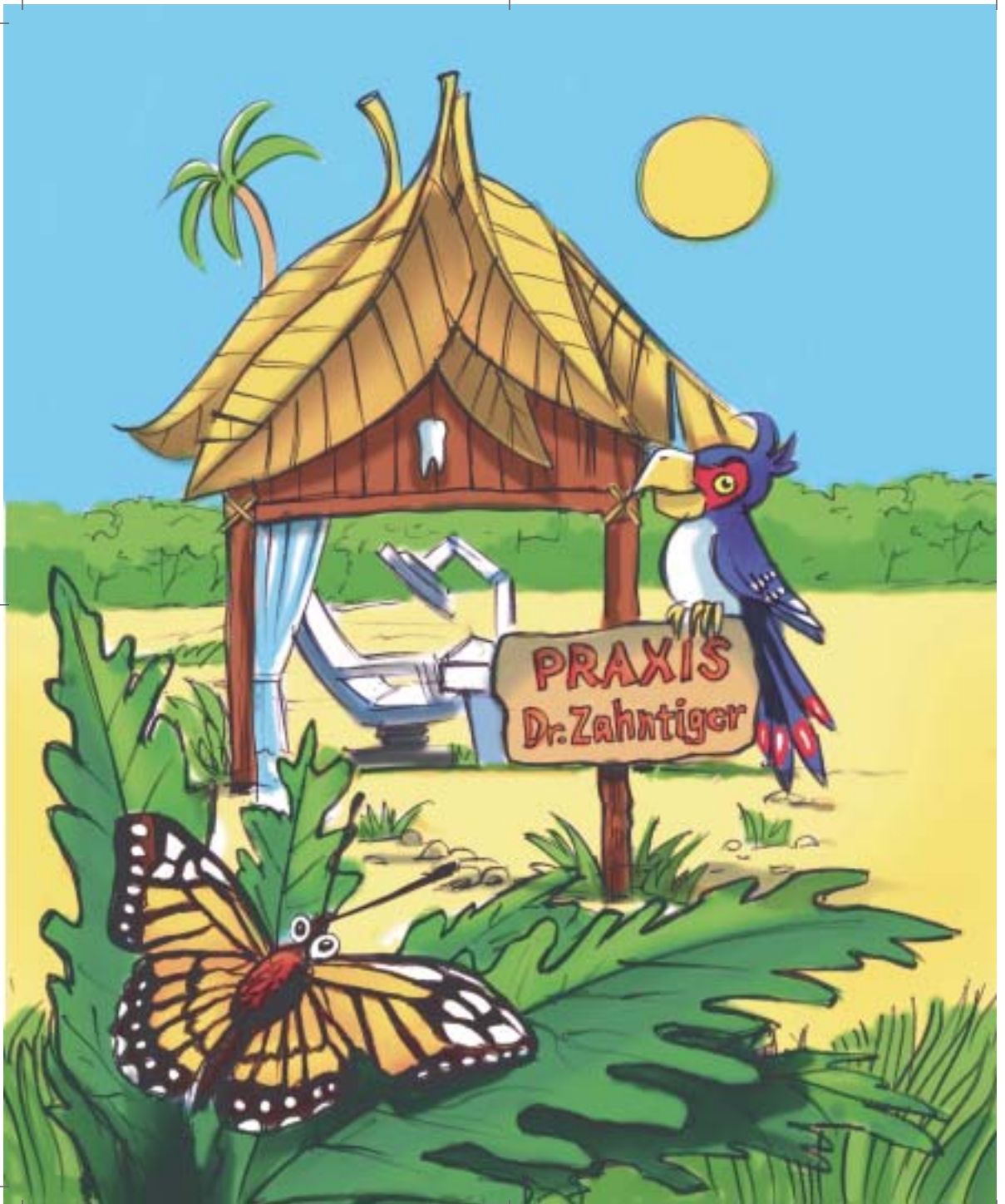
Und das hier ist Gitti Gazelle.
Sie ist Doktor Zahntigers

Sprechstundenhilfe. Gitti ist stets gut gelaunt und hilft dem Doktor, wo sie nur kann. Sie hebt das Telefon ab, kümmert sich um die wartenden Patienten und assistiert Doktor Zahntiger bei der Untersuchung und der Zahnbehandlung. Schließlich können vier Pfoten mehr als zwei.



Das hier sind die Tierkinder: Coco, der kleine Affe, Elli, das Elefantenmädchen, Nanni Nashorn, Nikki Nilpferd und Ute Orang Utan. Die fünf sind richtig gute Freunde und verbringen sehr viel Zeit miteinander. Sie gehen nicht nur in dieselbe Tierschule, sondern spielen auch gemeinsam, so oft sie können. Am liebsten toben sie durch den Urwald. Besonders Coco hat viel Unfug im Kopf. Doch immer, wenn es um ihre Zähne geht, hören sie auf das, was Doktor Zahntiger ihnen sagt.





ten in deinem Mund so dunkel ist, habe ich auch noch eine helle Lampe, die bis zu deinen letzten Zähnen hinein leuchten kann“.

„Das ist aber toll!“, staunt Coco, denn so etwas hat er zuvor noch nie gesehen.

„So Coco, dann mach jetzt mal deinen Mund ganz, ganz weit auf, damit ich alle deine Zähne sehen kann“, bittet Doktor Zahntiger seinen kleinen Patienten.

Aber als er dann in Cocos Mund hineinschaut, schüttelt er den Kopf und will wissen: „Hast du gestern Abend etwa Bananen gegessen?“ „Woher weißt du das?“, wundert sich Coco.

„Na, weil du deine Zähne nicht geputzt hast“, erklärt ihm Doktor Zahntiger. „Weißt du denn nicht, dass schmutzige Zähne krank werden? Sie werden braun und bekommen schließlich Löcher, was schon mal ziemliche Zahnschmerzen bereiten kann“.





Und dann erzählt Doktor Zahntiger dem kleinen Affen und dem Elefantenmädchen, was sie tun müssen, damit die Zähne schön sauber und gesund bleiben:

„Ihr müsst euch jeden Tag dreimal eure Zähne putzen. Am besten nach dem Frühstück, nach dem Mittagessen und nach dem Abendessen. Ihr braucht dazu nur zwei Dinge: eine Zahnbürste und etwas Zahnpasta. Aber sorgfältig müsst ihr sein, denn eure Zähne sollen von allen Seiten geputzt werden. Von oben, von außen und von innen. Wenn ihr keinen Zahn vergesst und gründlich bürstet, dauert das Putzen etwa drei Minuten. So einfach ist das!“

Nachdem Doktor Zahntiger Cocos Zähne alle betrachtet hat, ist schließlich auch noch Elli an der Reihe.

3. Doktor Zahntigers Zauber-Werkzeuge

Auch wenn es manchmal so aussieht, als würde Doktor Zahntiger zaubern, so geht doch immer alles mit rechten Dingen zu.

In seiner Dschungelpraxis gibt es eine Menge Geräte und Werkzeuge, die viele Kinder vorher noch nie gesehen haben.





Gitti erklärt uns, wozu Doktor Zahntiger all die merkwürdigen Dinge braucht.

Da ist zunächst der Zahnarztstuhl. Mit einem Knöpfchen kann Doktor Zahntiger ihn bewegen. Nach oben und unten, nach vorne und hinten. Das ist nötig, damit er immer gut in unseren Mund hineinschauen kann.

Dann gibt es noch die Lampe. Sie strahlt ein helles Licht in unseren Mund. So werden auch die hinteren Backenzähne beleuchtet, obwohl die Sonne nicht bis dorthin scheint.



18

Der kleine Spiegel ist dazu da, dass Doktor Zahntiger sich unsere Zähne von allen Seiten betrachten kann. Schließlich passt sein Kopf ja nicht in einen kleinen Mund hinein. Ganz einfach geht das Zahn-Anschauen hingegen mit dem Spiegel.



Mit diesem kleinen Häkchen aus Metall kann Doktor Zahntiger fühlen, ob der Zahn ein Loch hat. Denn wenn das Häkchen hängen bleibt, stimmt etwas nicht.



Wenn der Zahn ein Loch hat, macht Doktor Zahntiger das Loch erst sauber. Er braucht hierzu einen Wackelbohrer. Sobald er ihn an den Zahn hält, brummt und kitzelt das.

Manchmal braucht Doktor Zahntiger auch noch Wasser, um die Zähne wirklich ganz gründlich zu reinigen. Dies funktioniert ähnlich wie eine klitzekleine Dusche. Gitti hält einen Saugschlauch, der aussieht wie ein dicker Strohhalm. Dieser Schlauch saugt wie ein Staubsauger das Wasser aus unserem Mund.



Wenn ein kranker Zahn wieder repariert wird, verschließt Doktor Zahntiger am Ende das saubere Loch mit einer Paste. Das nennt man auch Füllung. So wird der Zahn wieder schön glatt und in dem Loch kann kein Essen mehr hängen bleiben.

Mit dieser blauen Lampe trocknet Doktor Zahntiger die Füllung. Sie hat ein ganz kleines blaues Licht und brummt wie ein Fön.



2. Zuerst putzt ihr eure Zähne auf den Kauflächen. Hierbei bewegt ihr eure Zahnbürste hin und her. Ihr fangt mit den oberen Zähnen an und putzt danach die unteren. Gebt gut Acht, dass ihr auch keinen Zahn vergesst!



3. Danach putzt ihr die Außenseite eurer Zähne. Fangt auf einer Seite an und lasst eure Zahnbürste an allen Zahnaußenflächen kreisen, bis ihr am anderen Ende der Zahnreihe angekommen seid.

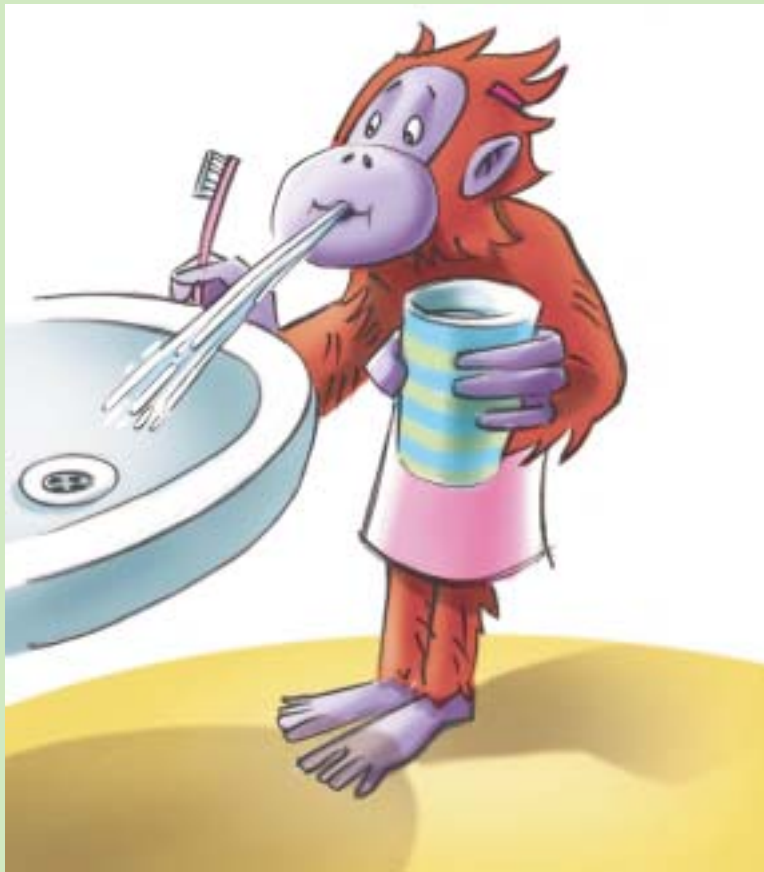


4. Schließlich macht ihr den Mund weit auf. So könnt ihr auch die Innenseite eurer Zähne putzen. Erst die oberen Zähne, dann sind die unteren Zähne an der Reihe.



22

5. Zuletzt nehmt ihr einen Schluck Wasser und spült damit die Zahnputzreste ins Waschbecken. Fertig!



dermaßen: Ein Baby kommt ganz ohne Zähne auf die Welt. Als kleines Kind bekommt man dann die ersten Zähne. Diese Zähne werden Milchzähne genannt, weil sie so weiß wie Milch sind. Im Schulalter fangen die Milchzähne an zu wackeln und fallen schließlich nach und nach aus. So wie jetzt bei dir, Coco."

„Oh je! Muss der arme Coco dann ganz ohne Zähne herumlaufen?“ will Elli wissen.



Aber ihr müsst euch keine Sorgen machen. Es tut überhaupt nicht weh, einen Milchzahn zu verlieren. Insgesamt werden euch 20 Milchzähne ausfallen. An der freien Stelle im Mund können dann die neuen, bleibenden Zähne nachwachsen". Dann hat Doktor Zahntiger noch eine gute Idee: „Ihr könnt all die kleinen Zähne in einem Döschen sammeln. Das macht Spaß!"

Coco erinnert sich noch daran, was Doktor Zahntiger ihnen bei der letzten Untersuchung beigebracht hat: „Sag mal, wenn wir unsere bleibenden Zähne immer gut putzen, regelmäßig zur Kontrolle kommen und wenig Süßigkeiten essen, dann behalten wir sie doch unser Leben lang, oder?" „Das ist richtig!", freut sich Doktor Zahntiger und er ist ein wenig stolz darauf, was Coco und Elli schon alles von ihm gelernt haben.



6. Nicht alle Zähne sind gleich

Die ersten Zähne, die kleine Kinder haben, das sind die Milchzähne. Insgesamt hat jedes Kind 20 Stück davon. Ab einem Alter von etwa 5 Jahren beginnen die Milchzähne zu wackeln und fallen nach und nach aus. Wenn ein Milchzahn ausgefallen ist, haben die Kinder lustige Zahnlücken.



Unsere hinteren Zähne nennt man die kleinen und großen Backenzähne. Sie sind besonders kräftig und wir gebrauchen sie zum Kauen.



SCHNEIDEZAHN



ECKZAHN



BACKENZAHN



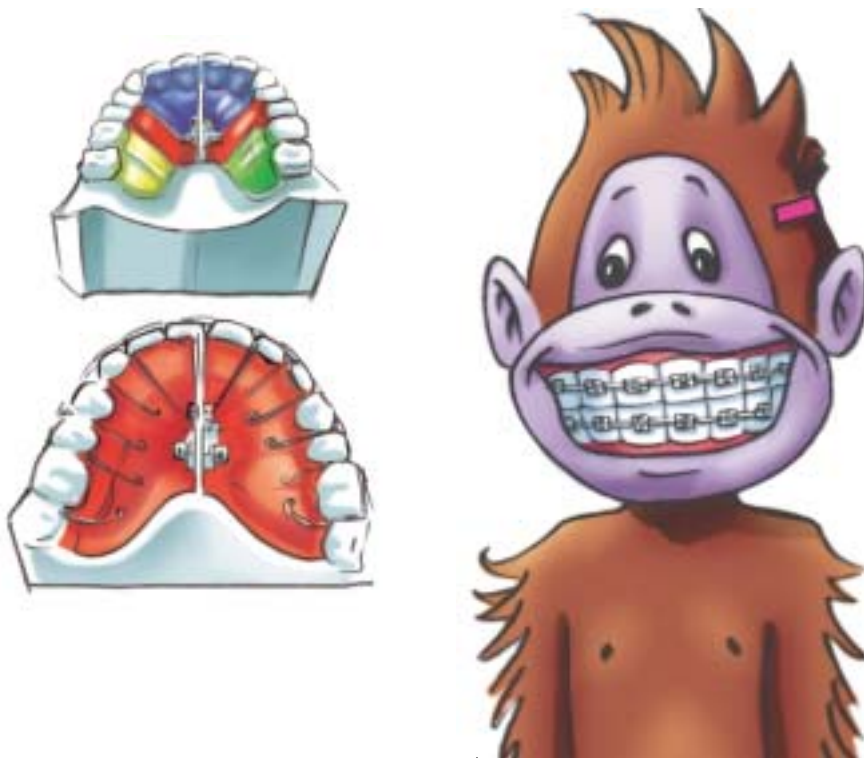
7. Nikki braucht eine Zahnspange

Fröhlich pfeifend betritt Doktor Zahntiger am frühen Morgen seine Dschungelpraxis. „Hallo ihr beiden. Schön euch zu sehen“, freut er sich als er Elli, das Elefantenmädchen, und ihren Freund Nikki Nilpferd erblickt. „Hallo, Doktor Zahntiger“, begrüßen ihn die beiden Tierkinder vergnügt. „Wir kommen heute mal wieder zum Nachschauen vorbei, hast du Zeit für uns?“ „Aber natürlich. Ihr seid gleich an der Reihe“, versichert ihnen der Doktor.



werden. So etwas habt ihr doch sicher auch schon bei anderen Kindern gesehen."

„Aber ja“, nickt Elli, „Nanni Nashorn trägt eine grüne Zahnspange, die wirklich toll aussieht. Sie hat sie fast immer an, weil die Zahnspange natürlich nur im Mund wirkt und nicht in der Spangendose. Eine fest aufgeklebte Zahnspange habe ich bei Ute Orang Utan gesehen. Ute hat mir erzählt, dass sie sich jetzt ganz besondere Mühe beim Zähneputzen geben muss.“



„Das stimmt“, bestätigt Doktor Zahntiger, „denn mit einer Zahnsperre im Mund kann Essen an den Zähnen hängen bleiben, und wie ihr ja wisst, können dadurch Löcher im Zahn entstehen.“

Nikki will noch wissen: „Ist es denn schwer, sich an eine Zahnsperre zu gewöhnen?“ „Aber nein“, beruhigt ihn Doktor Zahntiger. „Ihr werdet sehen, bald könnt ihr euch euren Nikki ohne seine Zahnsperre gar nicht mehr vorstellen. Wie gut das klappt, seht ihr doch auch bei Nanni und Ute.“

„Na dann mal los“, kichert Nikki. „Ich freue mich schon richtig auf meine Zahnsperre. Und auf meine geraden Zähne...“



8. Daumenlutschen muss nicht sein!

Viele kleine Kinder lutschen am Daumen. Doch wenn sie größer werden, sollte damit Schluss sein.

Wisst ihr, dass Daumenlutschen krumme Zähne verursacht?

Wie der Daumen zu schief stehenden Zähnen führt, erklärt euch Doktor Zahntiger:



9. Elli und das Loch im Zahn

Eines schönen Tages ist es wieder so weit: Munter und vergnügt machen sich Elli, das Elefantenmädchen, Coco der Affe und Nikki Nilpferd auf den Weg zu Doktor Zahntigers Dschungelpraxis.

Wie sie es mit Doktor Zahntiger verabredet haben, wollen sie sich dort ihre Zähne kontrollieren lassen.



„Es ist wichtig, dass Doktor Zahntiger sich unsere Zähne ansieht, auch wenn wir selber denken, dass alles in Ordnung ist“, weiß Nikki, „denn er hat spezielle kleine Spiegel, mit denen er die Zähne von allen Seiten genau betrachten kann. Nur er kann sehen, ob unsere Zähne auch wirklich alle sauber und gesund sind“.

„Hallo ihr drei!“, werden Elli, Coco und Nikki von Doktor Zahntigers Sprechstundenhilfe Gitti Gazelle begrüßt. „Kommt ihr zum Nachschauen? Dann setzt euch noch einen kleinen Moment ins Wartezimmer. Ich rufe euch, sobald Doktor Zahntiger Zeit für euch hat.“

Die drei Freunde hocken sich auf einen Baumstumpf und werden auch schon bald von Gitti zu Doktor Zahntiger begleitet.



Doktor Zahntiger schmunzelt, als die vorwitzige Elli sogleich als erste auf den Zahnarztstuhl hüpf. „So, Elli, dann mach mal ganz weit deinen Mund auf, damit ich mir alle deine Zähne betrachten kann!“

Und das tut Elli dann auch. Nikki und Coco sehen neugierig zu, wie Doktor Zahntiger sich mit dem kleinen Mundspiegel ganz genau Ellis Mund von innen ansieht.

„Nanu, was haben wir denn da? Da ist ja ein kleines, braunes Loch in deinem Backenzahn!“ „Ist das etwa Karies, Doktor Zahntiger?“, will Coco sofort wissen.

„Ja genau, Löcher in den Zähnen nennt man Karies“, erklärt Doktor Zahntiger. „Und wisst ihr auch, wie Karies entsteht?“ Nikki überlegt eine Weile und berichtet dann den anderen: „Löcher entstehen, wenn die Zähne nicht regelmäßig und gründlich geputzt werden und auch, wenn man zu viele Süßigkeiten isst“.





„Das ist völlig richtig, Nikki“, stimmt Doktor Zahntiger zu.

„Und was machst Du jetzt mit meinem kranken Zahn?“, fragt Elli gespannt.

Doktor Zahntiger beschreibt den drei Freunden, wie man löchrige Zähne wieder repariert:

„Zunächst werde ich das Loch im Zahn sauber machen. Dazu nehme ich einen Wackelbohrer und ein wenig Wasser. Wenn der Zahn gereinigt ist und all der braune Schmutz weg ist, werde ich das Zahnloch mit einer Paste wieder auffüllen, damit kein Essen mehr darin hängen bleibt. Dein Zahn ist dann wieder fast wie neu.“

„Na dann mal los!“, sagt Elli und Doktor Zahntiger



macht sich an die Arbeit. Tatsächlich fühlt sich das Saubermachen genauso an, wie Doktor Zahntiger es erklärt hat. Elli merkt das Wasser in ihrem Mund. Es schmeckt wie



10. Karies - was ist das?

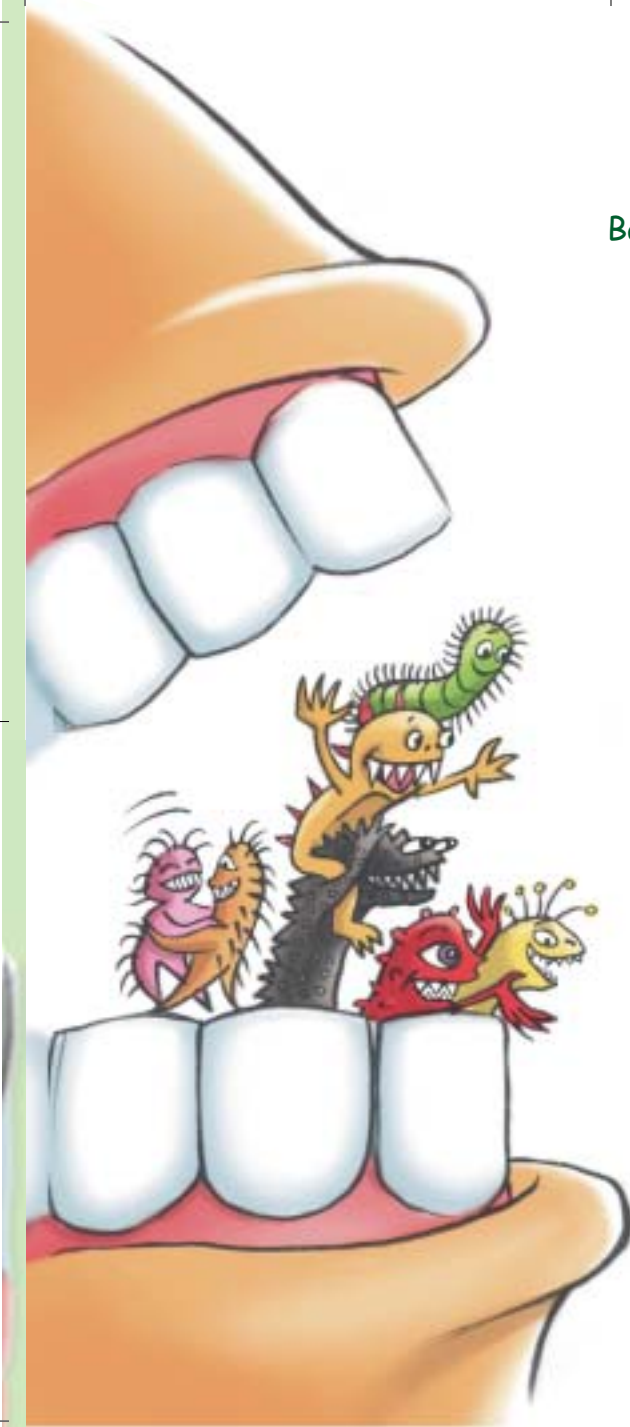
Manchmal können Zähne auch krank werden. Meistens passiert das, wenn sie schlecht geputzt werden oder zuviel Süßes gegessen wird. Wenn ein Zahn krank ist, nennt man das Karies.

Und so entsteht durch Karies ein Loch im Zahn:

In unserem Mund leben viele kleine Wesen, die Bakterien heißen. Sie sind klitzeklein und unsichtbar und eigentlich ganz harmlos. Nur einige wenige von ihnen haben Spaß daran, unsere Zähne kaputt zu machen. Ihr müsst wissen, dass diese



Bakterien, die unseren Zähnen schaden können, sehr gerne Zucker essen. Deshalb werden sie besonders munter, sobald ihr Süßigkeiten esst.



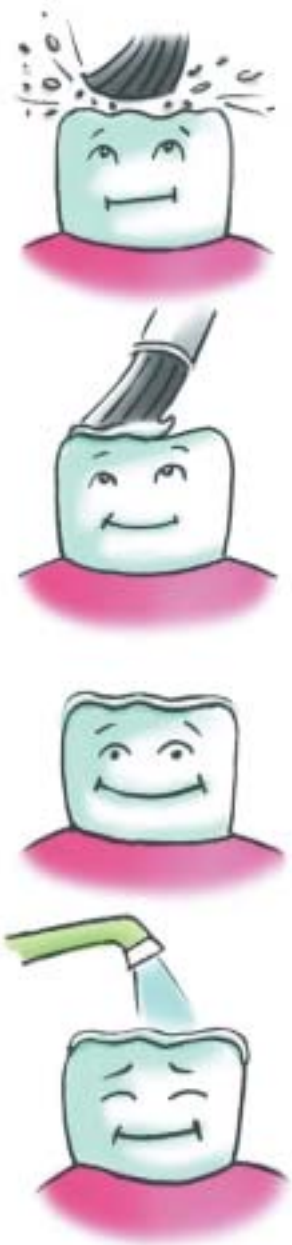


Durch gründliches Zähneputzen werden die Kariesbakterien einfach weggeputzt, so dass sie keinen Unfug mehr treiben können.

Nanni kann einfach nicht verstehen, warum sie trotzdem Doktor Zahntiger besuchen soll. Doch ihre Mutter lässt nicht locker. Gemeinsam mit den anderen Tierkindern, Coco, Elli und Nikki macht sich Nanni also auf den Weg zur Dschungelpraxis.

Die Freunde kennen die Dschungelpraxis gut und werden von Gitti Gazelle herzlich begrüßt. Auch Doktor Zahntiger ist immer sehr nett zu seinen kleinen Besuchern.





Er erklärt ihnen alles, was sie wissen wollen und lobt sie, wenn ihre Zähne gut geputzt sind. Wenn er mit dem Zähneputzen nicht zufrieden ist, zeigt er genau, wie es besser geht.

Doch heute können die Tierkinder besonders stolz sein: Nacheinander hat Doktor Zahntiger bei allen vieren in den Mund geschaut und nur gut geputzte und gesunde Zähne gesehen.

Dennoch soll Nanni noch eine Weile auf dem Zahnarztstuhl sitzen bleiben.

„Was willst du denn noch machen, Doktor Zahntiger?“ fragt Elli neugierig.

„Nannis Zähne sind doch alle gesund“, wundert sich auch Coco.

„Klar, da habt ihr Recht“, stimmt Doktor Zahntiger zu, „ aber heute will ich einen dünnen Schutzlack auf Nannis Zähne auftragen. Wir Zahnärzte nennen diesen Schutzlack auch Fissurenversiegelung.“

„Einen Schutzlack? Was ist denn das? Und wie machst du das?“, fragen die Tierkinder.

Doktor Zahntiger erklärt es genau:

„Ich pinsele einen ganz, ganz dünnen Lack auf die sauberen und gesunden Zähne. Das geschieht, um die hügeligen Oberflächen eurer Zähne besser zu schützen.“



„Deine Backenzähne sind noch nicht ganz in den Mund hinein gewachsen. Ich kann sie noch nicht richtig sehen. Aber wenn du das nächste Mal kommst, ist es sicherlich soweit!“

„Oh fein“, freut sich Nanni und beschließt, gleich am Nachmittag ihrer Mutter zu erzählen, was sie heute alles bei Doktor Zahntiger gelernt hat:

Auch bei sauberen und gesunden Zähnen kann Doktor Zahntiger viel Gutes tun, denn mit dem Zahnlack sind Nannis Zähne noch viel besser geschützt!



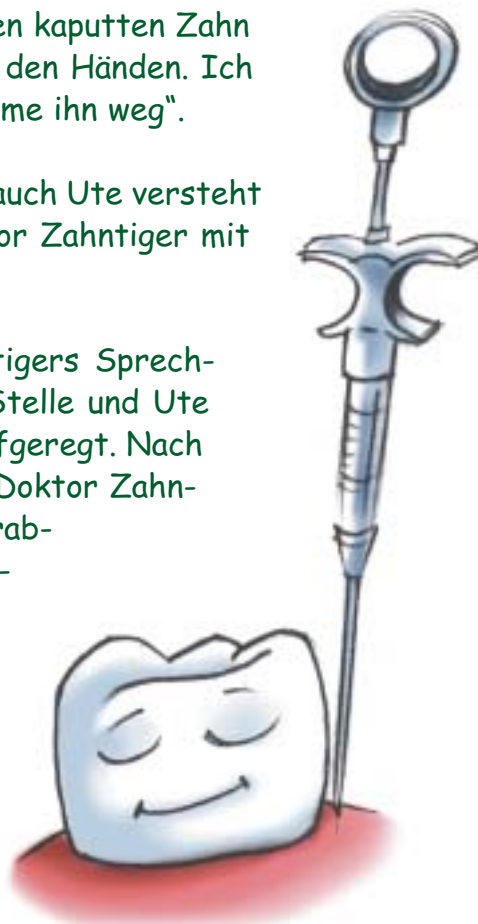


durch die Tropfen betäubt ist, wird es sich anfühlen, als ob er schläft.“

„Warum soll der Zahn denn schlafen?“, wundert sich Nanni. „Ich mache das, damit Ute gar nicht spürt, wenn ich den Zahn heraus wackele. Dazu brauche ich diese Wackelzange, mit der ich den kaputten Zahn besser greifen kann als mit den Händen. Ich wackele hin und her und nehme ihn weg“.

Die Tierkinder staunen und auch Ute versteht jetzt ganz genau, was Doktor Zahntiger mit ihrem kranken Zahn vorhat.

Gitti Gazelle, Doktor Zahntigers Sprechstundenhilfe, ist auch zur Stelle und Ute ist überhaupt nicht mehr aufgeregt. Nach dem kurzen Pieks, mit dem Doktor Zahntiger die Schlaftropfen verabreicht, kribbelt es tatsächlich ganz merkwürdig im Mund.



„Es ist genau, wie Doktor Zahntiger gesagt hat“, meint Ute. Doktor Zahntiger wartet noch eine Weile. Schließlich kann sie ihren kranken Zahn gar nicht mehr spüren. Doktor Zahntiger greift ihn mit der Wackelzange und wackelt ein wenig hin und her – schon ist der kaputte Zahn draußen!

Ute ist erleichtert, denn es hat wirklich gar nicht weh getan. Und so sind alle Tierkinder froh, dass es ihrer Freundin nun bald wieder besser gehen wird.



14. Zuviel Zucker tut nicht gut!

Wir haben gelernt, dass Süßigkeiten nicht gut für unsere Zähne sind. Denn die schädlichen Kariesbakterien ernähren sich am liebsten von Zucker. Zucker macht sie stark und munter und so können sie dann tiefe Löcher in unsere Zähne knabbern.

Genauso wichtig wie das Zähneputzen ist es deshalb, den kleinen Löcherfressern nicht zu viel Zucker zu geben.

Eine ganze Menge Zucker findet sich in Süßigkeiten - in Schokolade, Bonbons und Lutschern. Doch keine Angst! Es ist nicht verboten Süßigkeiten zu essen.



Wichtig ist aber, dass ihr nicht allzu oft am Tag Süßigkeiten esst, und dass ihr euch danach gründlich eure Zähne putzt.

Wisst ihr auch, dass sich Zucker auch dort findet, wo ihr ihn nicht vermutet?

Beispielsweise in süßen Getränken wie Limonade oder Cola. Und noch viel unglaublicher ist, dass Zucker auch in Ketchup und Kartoffelchips enthalten ist.

Es ist am besten für eure Zähne, wenn ihr anstelle von Süßigkeiten und Knabbereien öfters mal Obst und Gemüse esst. Denn schließlich sind Äpfel und Möhren auch ganz lecker.





Doktor Zahntiger und Gitti Gazelle die blitzblanken Zähne kontrollieren.

So gut haben sie geputzt, dass die Auswahl der Gewinner schwer fällt. Deshalb bestimmt Doktor Zahntiger: „Alle Tierkinder haben gewonnen. Ihr habt euch alle gleich viel Mühe gegeben.“ Doch ganz besonders lobt er Elli, das Elefantenmädchen. Denn schließlich hatte sie mit ihren Riesenzähnen die meiste Arbeit!

Bei der Siegerehrung erhält jeder Gast eine leckere Kokosnuss. Und dann startet die Bootsfahrt im ausgehöhlten Baumstumpf. Vergnügt und heiter paddelt die Geburtstagsgesellschaft zum Wasserfall. Von Doktor Zahntigers lustiger Zahnputz-Party wird bestimmt noch lange gesprochen.

