

# Schülerzeitung Kleiner Heine



**Darstellung der Ganztagschule „Heinrich Heine“  
als Bleistiftzeichnung**

**von Lukas Schwaden und Joachim Antemann**

## Wie geht es bei uns am Nachmittag weiter?

So fragen sich die Leser der Schülerzeitung „Kleiner Heine“, nachdem wir in der Zeitung Nr. 18 begonnen hatten, die einzelnen Arbeitsgemeinschaften vorzustellen.

In der Ausgabe Nr. 19 wird das Bild nun vervollständigt und über die weiteren AG's geschrieben.



Buch entsteht, gehen in die Bibliothek und bereiten den Lesewettbewerb mit vor.

passenden Zauberspruch:  
*Ene mene Besenstiel, Zaubern wird zum Kinderspiel!*

## AG Perlen

Umgang mit Material wie kleine Indianerperlen, Schmuckperlen usw.

Förderung von Fingerfertigkeiten beim Fädeln auf Angelsehne oder Draht

Herstellung von kleinen Geschenken und themenbezogenen Gegenständen, wie z.B. Weihnachten, Ostern und Muttertag

AG-Leiterin Frau Partschefeld



## Arbeitsgemeinschaft Computer

Lernen, Üben und Knobeln am PC, das tut uns gar nicht weh!

Diensttags 14.30 bis 15.15 Uhr bei Frau Hölzer.

Kinder der Klassen 3 und 4 lernen und üben individuell am PC, nutzen dafür Lernsoftware, Internet und Whiteboard.

Fördern und Fordern der Schüler

Geschulter Umgang mit digitalen Medien

## Die Bücherwürmer

WANN: Donnerstag 14.30 bis 15.15 Uhr

WER IST DABEI:

Tobias Jahn, Anica Klemm, Jonas Dornheim, Felix Bönecke und Tarik Hickethler

WAS TUN WIR?

Wir lesen Geschichten in Büchern, der Zeitung und Zeitschriften, erfahren wie ein

## AG Zaubern

Am Mittwoch 13.45 bis 15.15 Uhr, zwei Gruppen im Wechsel

Unsere Zauberkinder sind: Louis, Lennox, Martin, Ferdinand, Finnley, Thomas, Nico, Tobias und Josi

Zaubern wie Harry Potter oder wie Hexe Lilli...

Nicht ganz! Aber in der „Zauberschule“ lernen wir einige Kunststücke kennen.

Dinge zum Schweben zu bringen, Kartentricks oder Täuschungen mit dem magischen Seil... Kein Problem für uns. Und da jeder Zauberer auch ein guter Schauspieler sein muss, werden wir lernen, die Zaubereien vor einem Publikum vorzuführen. Natürlich klappt das alles nicht ohne den



Vorbereitung auf Hausaufgaben und Kurzvorträge.



Freudvollen Zugang zum Lernen und Üben.

# Klöppeln

Hier kann man die Handarbeitstechnik Klöppeln erlernen. Jeden Donnerstag treffen sich die Jungen und Mädchen der 3. und 4. Klasse und fertigen mit viel Geduld kleine Kunstwerke an. Unter Anleitung von Frau Wolf sind schon viele schöne Dinge, wie Weihnachtsbaumkugeln, Tierbilder oder Freundschaftsbänder entstanden. Alle Mädchen und Jungen sind sehr stolz, wenn sie nach mehreren Stunden ein Geschenk in der Hand halten, mit dem sie ihre Eltern erfreuen können.



# AG Tanzen

Immer donnerstags treffen sich Mädchen der zweiten, dritten und vierten Klasse in der Turnhalle zum Linedance. Dann heißt es:



*„5-6-7- 8- Spitze –Ferse– Spitze –Ferse– Jazzbox– Jazzbox mit Drehung....“*

*Die sich immer wiederholenden Schrittfolgen machen den Linedance auch für ungeübte Tänzer leicht erlernbar. Und bei wem es schon gut klappt, der darf schon mal im coolen Outfit mit Cowboyhut zu den Rhythmen der Countrymusik trainieren.*



# AG Chor

In der AG Chor möchten wir die Freude am Singen wecken. Mit verschiedenen Stimmbildungsübungen werden wir die Entwicklung der Singstimme gezielt weiterbilden und das Singen in der Gruppe fördern. Lieder zu verschiedenen Jahreszeiten und Themen aus aller Welt umfasst unser Repertoire genau wie aktuelle Hits aus den Charts und Songs in englischer Sprache.



Jeden Montag trifft sich der Chor im Roten Salon von 15.00 bis 15.45 Uhr unter Leitung von Frau Heumann und Frau Walther. Während des Schuljahres untermauert der Chor mit verschiedenen Liedern die Programme der Schule und tritt bei Festen in der Umgebung auf.



Selbstverständlich werden aus den einzelnen Arbeitsgemeinschaften auch Ergebnisse erzielt, die die Eltern, Großeltern oder Bekannte und Freunde auch ansehen, nutzen und kaufen können. So steht die Schülerzeitung als Informationsblatt der Arbeit und der Ergebnisse der Schüler zum Kauf aus. Oder AG Kochen und Backen



macht zu Schulfesten einen Kuchenbasar bzw. AG Töpfern macht einen Töpfermarkt. Das sind Beispiele unserer Wirksamkeit.

# Schulweihnachtsfeier

Pünktlich einen Tag vor den Weihnachtsferien wurde in der Schule unsere diesjährige Schulweihnachtsfeier begangen.

Eröffnet wurde diese Feier durch unsere AG Chor mit einem Medley bekannter Weihnachtslieder. Dann zeigte uns die AG Tanz ihr Können und zum Abschluss wurde durch die Theater-AG noch ein Stück Weihnachtsgeschichte gespielt. Beinahe hätten die Schüler keine Weihnachtsgeschenke bekommen, denn der Esel des Weihnachtsmannes wollte dieses Jahr nicht mehr zur Bescherung fahren.

Doch plötzlich, als er die armen Kinder sah und die vielen Geschenke, die auf die Bescherung warteten, war sein Starrsinn wie verfliegen und er tat seine Pflicht wie alle Jahre zum Wohl der Kinder. Alle, besonders die Kinder und der Weihnachtsmann, waren froh, dass die Geschichte so ein gutes Ende gefunden hatte.

Anschließend an das Kulturprogramm gab es für alle noch Bastel-ecken, Leserunden, Leckereien und Backwaren sowie Getränkestände, auch die Sporthalle hatte mit verschiedensten Programmen geöffnet.

Auch wir als Redakteure haben tüchtig mit gefeiert!



So bekommt auch diesmal jedes Kind sein Geschenk ganz geschwind. Und sollte das mal nicht so sein, Frau Holle springt gewiss mal ein.

## Ein immer aktuelles Thema– der Beruf der Eltern

*Nicht früh genug kann das Interesse der Schüler für Berufe geweckt werden. Wir sind deshalb der Meinung, dass der Unterricht und auch die Ganztagsbeschäftigung auf dieses Thema hinweisen sollte.*

*Im Unterricht wird zum Beispiel über den Beruf der Eltern gesprochen. Die Ergebnisse der Gespräche wird danach als Projekt ausgewertet. Ein Beispiel dieser Auswertung ist die Wandzeitung.*

*Die Redakteure haben sich ein paar Beispiele gesucht und werden sie in der Zeitung kommentieren.*

### Der Steinmetz



Ein sehr alter Handwerksberuf mit einer langen Handwerkstradition, der noch immer hoch im Kurs steht.

### Der Förster



Der Beruf des Försters ist ein Beruf in der Natur mit vielen verschiedenen Arbeitsgängen und hoher Verantwortung und Wissen. Er setzt ein Studium voraus, etwas ganz Besonderes für Naturinteressierte.

### Der Automobilkaufmann



Der Automobilkaufmann ist ein moderner Beruf, der technische Kenntnisse und kaufmännisches Fachwissen verbindet. Der Beruf setzt gute Kommunikationsfähigkeit mit den Kunden voraus.

### Der Designengineer

Dieser Beruf setzt ein Universitäts-



studium oder Hochschulstudium voraus. Es ist eine Ausbildung mit großer Fachkenntnis und technischem Verständnis. Es geht besonders um Betrieb, Kosten, Zeitplan, Performance, Weiterbildung und Support, Test, Produktion und Wiederverwertung. Es ist ein relativ junger Beruf, nach dem Zweiten Weltkrieg in der amerikanischen Raumfahrt u. a. beim Apollo-Programm und bei der Entwick-

lung des Space Shuttle eingesetzt.

### Der Installateur

Der Installateur und Heizungsbauer ist ein echter Handwerkerberuf, der handwerkliches Können und



Sachverstand verbindet. Es ist ein Lehrberuf und gut für Selbstständigkeit geeignet.

### Der LKW- und Baggerfahrer

Das ist ein Beruf, der sehr abwechslungsreich und interessant, aber auch schwer ist und sehr viel



Verantwortung verlangt. Es ist ein im Arbeitsleben sehr oft gebräuchter Beruf.

*An den Beispielen erkennt jeder die Vielfältigkeit der Berufsmöglichkeiten, die sich nach der Interessenlage, dem Geschick und nicht zuletzt nach erworbenem Wissens- und Erkenntnisstand richtet. Jeder sollte sich prüfen, welche Berufsrichtung er möchte.*

# Nachtleben

**Wenn die Dämmerung hereinbricht und die Welt sich langsam zur Ruhe begibt, kommen sie aus ihren Höhlen und Löchern: Die Geschöpfe der Nacht.**

Sie können lautlos durch die Luft fliegen oder leise durchs Gebüsch schleichen. Dass es dunkel ist, macht ihnen nichts aus. Wenn die Sinnesorgane tagaktiver Wesen langsam versagen, kommen die Augen und Ohren der nächtlichen Kreaturen erst so richtig in Schwung. Ihr Jagdrevier ist die Dunkelheit. Mit ihren besonderen Sinnesorganen finden sie gerade nachts reichlich Beute. Auf uns Menschen wirken nachaktive Tiere gleichermaßen faszinierend wie bedrohlich. Ihre "magischen" Sinne bilden die Grundlage für zahlreiche Mythen und Geschichten über die Kreaturen der Nacht...



## Die mit den Händen fliegen

### Fledermäuse

Dabei haben sich Fledermäuse im Laufe ihrer Evolution nur besondere Jagdmethoden für ihre bevorzugte Nahrung angeeignet. Schon vor 50 Millionen Jahren jagten Fledermäuse durch die Nächte, wie Fossilfunde beweisen. Bis heute hat

sich ihre Gestalt dabei nicht wesentlich geändert. Sobald es dunkel wird, kommen sie aus ihren Löchern und Höhlen und nehmen den von den tagaktiven Vögeln verlassenen Luftraum ein.

## Nächtliche Jäger auf Samtpfoten - Katzen

Viele Wissenschaftler meinen, dass Katzen die von der Natur am besten ausgestatteten Raubtiere sind. Ihre Sinnesfähigkeiten erscheinen uns Menschen schon fast magisch. Katzen erfahren die Welt durch drei Informationssysteme: Augen, Ohren und Tasthaare. Ihre Sinnesleistungen sind an ein Leben in der Dämmerung und bei Nacht angepasst, denn dann ist ihre Jagdzeit. Die Augen der Katzen haben eine Art "Restlichtverstärker", sodass sie bei Dämmerung und Nacht etwa fünf mal mehr sehen können als der Mensch.

## Hüterin der Weisheit oder lautloser Todesvogel?

### Eulen

Eulen sind vor allem deshalb so erfolgreiche Nachtjäger, weil ihre Augen und Ohren so gut zusammenarbeiten. Die Anordnung der Federn um das Gesicht der Eule, "Gesichtsschleier", leitet die Schallwellen eines potentiellen Opfers zu den Ohren. Die Ohren liegen bei den rein nachtjagenden Arten leicht asymmetrisch am Kopf. Daher kommt ein Ton bei einem Ohr immer um ein drei Hunderttausendstel Sekunden früher an als bei dem anderen.

## Blinkende Liebesbot-

## schaften in der Nacht

### Was Glühwürmchen zu sagen haben

Die Weibchen können nicht fliegen und ähneln eher Larven oder Würmern, daher auch der Name "Glühwürmchen". Die männlichen Leuchtkäfer verfügen dagegen über Flügel und senden ihre artspezifischen Werbungs-Signale während des Fluges aus. Sitzt nun ein Leuchtkäfer-Weibchen der gleichen Art in der Nähe, antwortet es mit einem art- und geschlechtsspezifischen Signal. So erkennt das Männchen, dass es sich nicht nur um einen Artgenossen, sondern auch um ein Weibchen seiner Art handelt. Nun muss das Männchen nur noch bei dem antwortenden Weibchen landen.





#### Schüler der Klasse 4a:

Frau Weidner, wir haben im Schulhaus einen 1000-Füßler gesehen, wir haben Angst vor diesem Ungeheuer, was will es denn bei uns?

#### Frau Weidner:

Dann fragt es doch einmal, ich habe mitbekommen, dass er auch sprechen kann.

#### Willi:



Ich habe eine Katze mitgebracht, vielleicht schützt die uns, oder wir geben ihm alles was wir an Frühstück mithaben?

#### Lukas:



Da geht mir ein Licht auf, wir sagen es dem Hausmeister, der kann es mit einem Seil einfangen und dann an der Toilettentür festbinden!

#### Hausmeister:



Gut, das machen wir, ich habe schon das Seil mitgebracht, nun man tau! Hoffentlich hält das Seil? Dann

könnt ihr ihn mit Hufeisen beschlagen. Das sollen die Schüler der 4b machen.

#### Schüler der Klasse 4b:



Das ist ein guter Gedanke, aber warum sollen wir es machen?

#### Alle Lehrer und Schüler:

Das ist doch klar, ihr habt doch bisher noch nichts gemacht und sollt auch die wenigste Angst haben? Der Vorteil für alle in der Schule ist dann, das der 1000-Füßler danach tratscht und wir alle ihn hören können und wissen wo er sich aufhält.

#### Schüler der Klassen 3:



Na prima, da hören wir ihn alle im ganzen Schulhaus und können uns mit unseren Heften und

Büchern problemlos im ganzen Schulhaus bewegen, ohne dass wir von ihm überrascht werden.

#### Schüler der Klassen 1:

Das ist ja interessant, was man so in der Schule erlebt, wir werden es zu Hause erzählen, dann kommen wir mit unseren Erlebnissen in die

Märchen- und Sagenbücher und in die Ortschronik von Uhlstädt. Wir

werden aber zur Sicherheit unsere Frühstücksbrote in Bereitschaft halten, damit wir ihn besänftigen können, falls er uns doch überrascht. Dann werden wir überall suchen um eventuell ein Hufeisen des 1000-Füßlers zu finden, das soll ja das große Glück in den Klassenarbeiten bringen.

#### Alle Schüler:

Wenn alles so klappt, wie wir es vorhaben, ist der 1000-Füßler in unserer Schule an der Leine und laut genug, um alle seine Vorhaben zu hören, dann können wir ihn dressieren und an Schulfesten auftreten lassen, aber auch in den Unterricht mitnehmen und ihn befragen oder schwierige Fragen beantworten lassen.

Oh...oh...oh das wird eine tolle Zeit, unsere Schulzeit, dann gibt es auf der Regelschule und dem Gymnasium viel zu erzählen, was wir doch für eine fetzige Grundschulzeit hatten und das alles nur weil wir den Gedanken mit dem Tausendfüßler hatten. **Gedanken und Phantasie vom Redaktionsteam**

# Gewonnen!!

Das Team der Schülerzeitungsredaktion hat an einem Wettbewerb „Ideen machen Schule“ der Thüringer Energie teilgenommen und hat zusammen mit der Theater-AG „Vorhang auf“ den ausgelobten Preis einschließlich des Preisgeldes gewonnen.



Unser Dankeschreiben auf diese Auszeichnung hat folgenden Wortlaut:

In der Heinrich-Heine-Schule wird bereits im 9. Jahrgang eine Schülerzeitung erstellt und für den Verkauf an alle Interessenten angeboten. Diese Schülerzeitung wird von einer Arbeitsgemeinschaft junger Redakteure erstellt. Diese Redakteure sind in der Regel Schüler und Schülerinnen der 4. Klassen, die sich besonders für das Erstellen von kleinen Beiträgen interessieren. Daneben lernen diese Schüler in der Redaktionsarbeit in einer



Arbeitsgemeinschaft unter Anleitung eines Lehrers bzw. eines Elternteiles die Erstellung und den Umbruch einer Zeitung und arbeiten so redaktionell und organisatorisch an der Zeitung mit. Daneben sind die Redakteure aktiv in Einzelheiten des Schulgeschehens eingebunden und haben mit Fotoapparat und MP3 Player direkten Anteil an der Sammlung der Informationen in der Schule, in anderen Arbeitsgemeinschaften und aus der interessanten Privatsphäre.

Den Schülerinnen und Schülern macht die Arbeit am Computer und das Sammeln der Beiträge besondere Freude, so dass man annehmen kann, dass es einige der Schülerinnen und Schülern so begeistert, dass sie auch für ihre Ausbildung an weiteren Schulen und vielleicht im Studium sich diesen Aufgaben weiter widmen und sich ein Interessengebiet erschließen werden.

Sollte das zutreffen, dann haben wir unsere Aufgabe erfüllt. Die Auszeichnung mit „Ideen machen Schule“ betrachten wir als eine hohe Anerkennung unserer Arbeit und motiviert uns in unserer Arbeit sehr, denn wir erkennen daran, dass wir auf dem richtigen Wege sind. Wir möchten Ihnen unseren herzlichen Dank für die Auszeichnung aussprechen.

Das Team der Jungen Redakteure und die Leiter Petra Gröschner und Joachim Antemann

*Ebenso viel Freude gab es auch bei der Theater-Arbeitsgemeinschaft, die Mitglieder waren in gleicher Weise wie die Mitglieder der Schülerzeitungsredaktion über-*

*rascht und betrachten diese Auszeichnung gleichfalls als einen großen Ansporn in ihrer Tätigkeit.*

*Auch sie bedanken sich recht herzlich und setzen alle Anstrengung daran, das in sie gesetzte Vertrauen zu rechtfertigen.*

Im Winter grüßt der Schneemann

Schöne Winterferien mit viel Schnee und dazu noch Sonnen-



schein wünscht allen das Team der



Redakteure der Schülerzeitung Kleiner Heine.



## Schnecken

Schnecken (Gastropoda, griechisch „Bauchfüßer“) sind eine Tierklasse aus dem Stamm der Weichtiere (Mollusca). Es ist die artenreichste der acht rezenten Klassen der Weichtiere und die einzige, die auch landlebende Arten hervorgebracht hat. Die Körpergröße der adulten Schnecken variiert von unter 0,5 mm (Familie Omalogyridae) bis zu 75 cm (*Aplysia vaccaria*).

Wir haben in unserer Schule auch die Schnecke als ein besonderes Objekt erkannt, haben unsere Phantasie walten lassen und im Kunstunterricht die Schnecken nachgestaltet. So entstand eine neue Art nach der Grundform der Weinbergschnecke: „*Helix pomatia phantastica*“ die Fantasieweinbergschnecke.

Hier einige Ergebnisse:

Wir hoffen, dass die Ergebnisse unserer



Phantasien sich auch bereichernd auf die Natur auswirken. Es soll schon einige Schüler gegeben haben, die in der Natur nach Ähnlichkeiten gesucht haben.

# Die beste Klasse wird gesucht

Ein Wettbewerb in der Schule soll einmal zeigen, wie unterschiedlich die Klassen außerhalb des Unterrichts in Erscheinung treten. Das Ziel ist ein Wettbewerb der Klassen untereinander, um die Eigenschaften der einzelnen Schüler und des ganzen Klassenverbundes zu optimieren und das Erscheinungsbild zu festigen.

Kurz vor den Winterferien, mit der Ausgabe der Halbjahreszeugnisse erfolgt die Auswertung der von der Jury vergebenen Punkte.



Nach der Auswertung zeigt sich, dass die Klasse 3b mit großem Abstand der Sieger in diesem Wettbewerb geworden ist. Eine Gratulation auch von der Zeitungsredaktion zu diesem doch sehr ansprechenden Erfolg.

Es ist für die Entwicklung der außerunterrichtlichen Disziplin eine Anregung und gleichzeitig eine nachhaltige Wettbewerbsgrundlage, die sich von Kind zu Kind übertragen lässt. Anreize, wie Auszeichnung und Lob, wirken hier sicher besonders augenfällig und regen an, untereinander aufmerksamer und hilfevoller, aber auch kameradschaftlicher zu sein. Dabei spielt auch die bewusste Anwendung von Umgangsformen zu Erwachsenen und auch untereinander zwischen den Schülern eine besondere Rolle, die sich auch als Erziehungsfaktor positiv auswirkt.

### Schulwettbewerb: Wir sind Klasse!

#### Welche Klasse ist an unserer Schule Klasse?

#### Wer kann gewinnen?

Gewinnen kann nur alle Klassen.  
Die Auszeichnung erfolgt durch Frau Weidner an einem Schulausschuss mit Winterferien.

#### Worauf achten wir?

- ✓ Wir verhalten uns im Schulhaus/Schulhof ordentlich.
- ✓ Wir sind freundlich der Umwelt gegenüber.
- ✓ Wir helfen Diskursen in der Handarbeit.
- ✓ Wir helfen im Bienen- und Imkerei.
- ✓ Wir helfen im Lesereiselaufen.
- ✓ Wir helfen im Kunstunterricht.
- ✓ Wir helfen bei der Hausarbeit.
- ✓ Wir sind fleißig!



#### Wer beobachtet und bewertet die Klassen?

- ✓ alle Lerngruppen
- ✓ alle Erziehenden
- ✓ alle Schüler
- ✓ Frau Bätzler
- ✓ Herr Lauer
- ✓ Frau Martin und Frau Weidner
- ✓ Julia, Julia und Mathias

#### Wie erfolgt die Bewertung der Klassen?

Jede Klasse hat zwei Stimmen.

Regel: Für die eigene Klasse kann keine Stimme abgegeben werden!

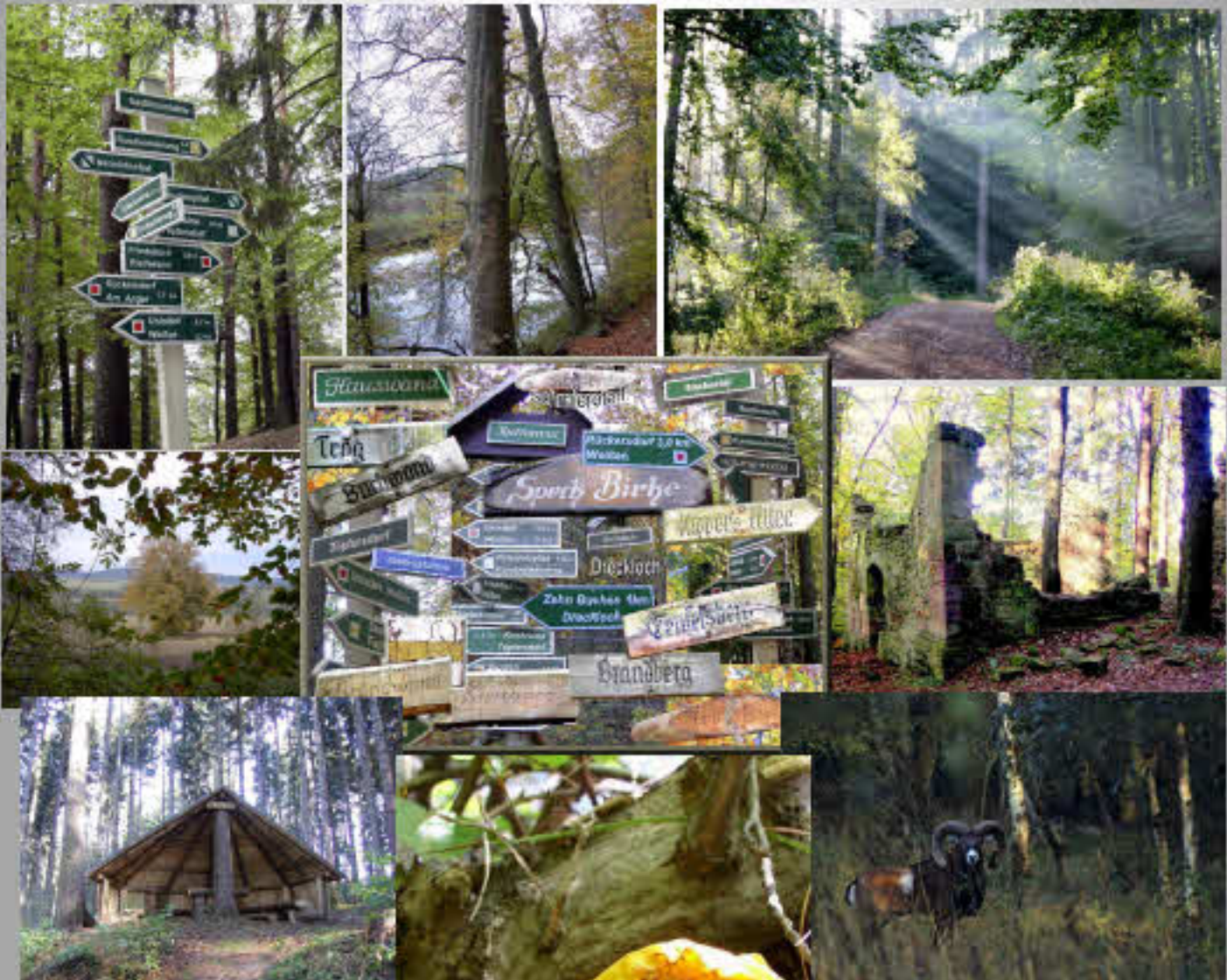
Die Stimmabgabe wird durch Klebpunkte verrichtet, die in das jeweilige Feld der Tabelle geklebt werden. Die Tabelle für den Schulwettbewerb hängt für alle sichtbar am oberen Ende.

Jede Klasse bekommt für die Auswertung eine Tabelle, die jeder Schüler durch 2 kleine Stimmen abgeben kann!

Die Klassensprecher sind beauftragt, die 2 Logos in ihrer Klassenzeitung in die große Tabelle am 22.01.2015 abzugeben.

Die Stimmabgabe ist bis zum **26.01.2015** möglich.

# Die Schwarzspechtseite



Harmonie in der Natur, Erlauchtes und Gesehenes auf dem Schwarzspecht-pfad.

Das Naturschutzgebiet Uhlstädter Heide mit seiner vielfältigen Natur in Flora und Fauna lädt Wanderer zum Verweilen und Staunen ein. Der Saalleitenrundwanderweg soll diese Schönheiten erschließen und dem Wanderer bewusst machen. Aber auch als Klassenzimmer „Natur“ den Schülerinnen und Schülern das Umweltverständnis und den Schutz unserer Natur nahebringen und anregen die Naturschönheiten bewusst zu erleben und zu erfahren. Gerade die Flora und Fauna unserer Mittelgebirge ist so vielseitig und artenreich, dazu noch voller Märchen und Sagen, die in Ihrer Ge-

samtheit der Nachwelt erhalten bleiben sollen. Deshalb wird die Umweltschule Uhlstädt sich intensiv mit dieser Thematik beschäftigen und in einer Vielzahl von Projektarbeiten das im Ort vorhandene Wissen sammeln und so der Nachwelt erhalten. Wir berichten über diese Aktivitäten laufend hier in der Zeitung!



# Wir entdecken und erkunden Zahngesundheit und Zahnpflege



Gesunde, schöne Zähne gehören zum gepflegten Auftreten und Wohlbefinden! Die wichtigsten Zahnerkrankungen (Karies und Parodontitis) sind praktisch vollständig vermeidbar. Vernünftige Ernährung, regelmäßige Aufnahme von Fluoriden, Kontrollbesuche beim Zahnarzt und vor allem richtige Mundhygiene sind die Voraussetzung zur Vermeidung dieser Krankheiten und der erheblichen damit verbundenen Kosten. Der wirklich saubere Zahn bleibt gesund!

In Zeiten leerer Krankenkassen, hoher Versicherungsbeiträge und steigender Zuzahlungen für Zahnersatz lieber heute kleine Beträge in ein gesundes Gebiss investieren als morgen für viel Geld kranke Zähne sanieren. Wirklich professionelle Produkte zur Zahnreinigung sind kleine und sinnvolle Investitionen für ihre Zahngesundheit!

Die drei klassischen Zahnerkrankungen heißen Karies (Zahnfäule), Gingivitis (Zahnfleischentzündung) und Parodontitis (Erkrankung des Zahnhalteapparates). Von Karies haben alle schon gehört, vielleicht wissen Sie auch, dass Plaque hierbei eine wichtige Rolle spielt. Doch was genau ist Plaque und wie entsteht sie?

## PLAQUE – Bakterieller Zahnbelag

Unsere Mundhöhle wird von Natur aus stän-

dig von Bakterien besiedelt, die dort im feuchtwarmen Klima ideale Bedingungen für ihre Vermehrung vorfinden. Ihr „Leibgericht“ ist ausgerechnet Zucker, den wir heutzutage in großen Mengen zu uns nehmen. Er sorgt für die schnelle, ungehemmte Vermehrung der Bakterien (allen voran Streptokokken) und auch dafür, dass diese sich an der Zahnoberfläche festsetzen können. So bildet sich schnell ein dichter Belag aus Bakterien. Wird dieser nicht regelmäßig und gründlich entfernt, verdichtet er sich zu einer festen Schicht, der Plaque. Diese lässt sich dann oft nur noch in der Praxis durch eine professionelle Zahnreinigung entfernen. Bleibt sie aus, lagern sich die im Speichel enthaltenen Mineralien auf der Plaque ab und verhärtet sich zu Zahnstein. Dieser lässt sich ebenfalls nur in der Praxis mit einem Spezialgerät entfernen.

## KARIES

Einige Bakterienarten in der Plaque wandeln kohlehydrathaltige Nahrungsmittelreste in Säuren um. Sie haben die Eigenschaft, dem Zahrschmelz Mineralstoffe zu entziehen. Der Schmelz und das darunterliegende Dentin werden chemisch zersetzt und aufgelöst. Es entstehen die gefürchteten Löcher, die sich bis zum Innersten des Zahns vorarbeiten und diesen zerstören können. Karies kann der Zahnarzt an der Oberfläche erkennen, schon

bevor eine Verfärbung der betroffenen Stelle einsetzt. Er kann auch die Höhe des Kariesrisikos jedes Patienten durch eine Speicheldiagnose bestimmen.

## GINGIVITIS/PARODONTITIS

Auch bei den Erkrankungen des Zahnfleisches ist bakterieller Zahnbelag der Hauptverursacher. Zwischen dem wulstartig verdickten Zahnfleischrand und dem Zahnfleisch legt der Zahnfleischsaum, eine kleine Furche, in der Bakterien, Beläge, Plaque und Zahnstein eine ideale Behausung finden. Diese Beläge sondern Gifte ab, die zu Entzündungen des Zahnfleisches führen. Der Körper wehrt sich zunächst durch verstärkte Durchblutung, zu erkennen am geröteten Zahnfleisch, das jetzt sehr empfindlich ist und leicht blutet. Dieses Anzeichen einer Gingivitis lässt sich noch leicht heilen, meist durch das zahnärztliche Entfernen der Beläge. Wird jetzt nicht gehandelt, geht die Entzündung tiefer und erfasst den Zahnhalteapparat (Parodontium). Das Zahnfleisch löst sich vom Zahn, die Furche wird größer und bildet eine Tasche. Die Beläge können sich nun schnell ausbreiten. Schließlich bilden sich das Zahnfleisch und auch der Knochen, in dem der Zahn verwurzelt ist, zurück (Parodontitis).

Die Zähne werden nur scheinbar länger, in Wirklichkeit droht Zahnverlust! Die durch die Werbung so bekannt gewordene Parodontose dagegen ist eine recht seltene, nicht entzündliche Form der Erkrankung des Zahnhalteapparates, die sehr langsam verläuft und zur Gingivitis/Parodontitis führen kann.

*Gerade in den Grundschulen macht sich bei allen Schülerinnen und Schülern eine ständige fachliche Kontrolle der Zähne erforderlich, um Zahnkrankheiten möglichst von Beginn an zu vermeiden und Fehlstellungen im Gebiss durch zahnorthopädische Maßnahmen zu korrigieren. Weiterhin kann man diese Kontrollen auch zur Unterweisung und zum optimalen Pflegen der Zähne nutzen.*



