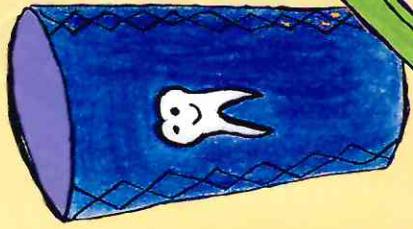


Zahnpflege

Die Zahnpflege zu Hause beginnt ab dem ersten Zahn. Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes bis zum



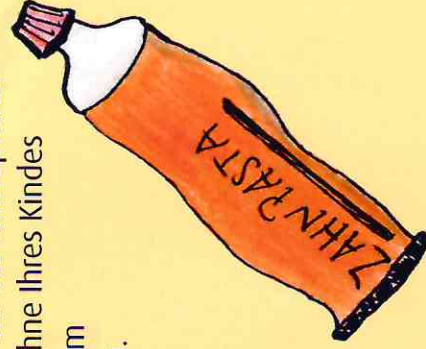
2. Geburtstag 1x täglich abends vor dem Schlafengehen mit einem Hauch fluoridierter Kinderzahnpaste.

Ab dem 2. Geburtstag werden die Kinderzähne 2x täglich mit einer erbsengroßen

Menge fluoridierter

Kinderzahnpaste morgens nach dem Frühstück und abends vor dem Schlafengehen geputzt; entsprechend dem Entwicklungsstand der Kinder nach der Zahnputzsystematik Kaufflächen, Außenflächen, Innenflächen (KAI).

Bitte unterstützen Sie das Zähneputzen und putzen die Zähne Ihres Kindes mindestens bis zum Vorschulalter nach.



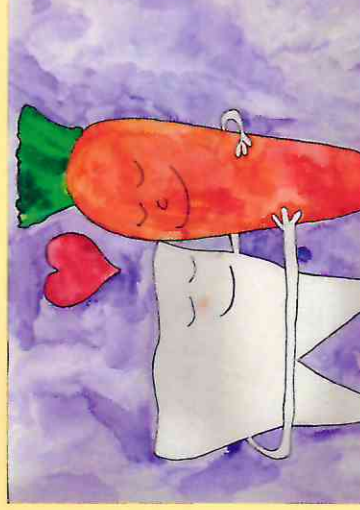
Fläschchen und Trinklerugefäße

Überlassen Sie Ihrem Kind das Fläschchen nicht zum Dauernuckeln bzw. Einschlafen. Ersetzen Sie so früh wie möglich das Fläschchen durch eine Trinklerntasse, die ebenfalls nicht zum Dauergebrauch bestimmt ist und schon bald durch eine Tasse ersetzt werden kann.

Süße Tees, Obstsaft sowie andere süße oder saure Getränke schädigen die Milchzähne schnell. Reichen Sie zum Durstlöschen und vor dem Einschlafen Mineralwasser oder ungesüßte Tees. Bitte verzichten Sie nachts auf die Gabe von Getränken.

Zuckerfreier Vormittag

Setzen Sie auch zu Hause den zuckerfreien Vormittag um: Dazu gehören der Verzicht auf Süßigkeiten sowie das Anbieten ungesüßter Getränke sowie Obst- und Gemüsezwischenmahlzeiten.



Bereiten Sie für Ihr Kind das Kita-Frühstück vor, gestalten Sie es abwechslungsreich, kauintensiv und zuckerfrei. Geben Sie Ihrem Kind keine Süßigkeiten mit in die Kita, der Kindergarten geburtstag kann natürlich eine Ausnahme sein.

Nuckeln

Unterstützen Sie das Abstellen von Lutschgewohnheiten spätestens zum 3. Geburtstag, so können Kinderzähne gerade wachsen.

Mit gesunden Milchzähnen haben Kinder nicht nur gut lachen, sie lernen auch spielend sprechen und haben gleichzeitig die besten Chancen für ein kariesfreies bleibendes Gebiss. Zahnpflege und Vorsorge zahlen sich also auch im späteren Leben aus.

Lassen Sie sich durch Ihre Hauszahnärztin/ Ihren

Hauszahnarzt beraten und stellen Sie Ihr Kind zur halbjährlichen Kontrolle vor.

Ihre Fragen beantwortet auch gern der Zahnärztliche Dienst des Gesundheitsamtes.

