

Zähneputzen

Bereits ab dem Durchbruch des ersten Zahnes wird das Zähneputzen mit einer speziellen, fluorreduzierten Zahnpasta für Milchzähne empfohlen. Dafür wird eine geeignete Zahnbürste empfohlen mit einem kleinen Kopf.

Putzen Sie Ihrem Kind 2 x am Tag die Zähne, am besten am Morgen und am Abend nach dem Schoppen. Wichtig ist, dass das Kind danach keine zuckerhaltigen Flüssigkeiten mehr zu sich nimmt. Zucker, egal in welcher Form, d.h. auch Milchzucker, fördert die Entstehung von Karies.

Geben Sie Ihrem Kind nach dem Zähneputzen am Abend nur noch Wasser oder ungesüssten Tee.

Karies (Löcher) entsteht mit Hilfe von Bakterien, welche oft von den Eltern übertragen werden. Verzichten Sie deshalb Ihrem Kind zuliebe auf das Ablecken des Nuggis oder des Brei-Löffels, damit diese Bakterien nicht durch Sie auf Ihr Kind übertragen werden.

Fruchtsäfte führen häufig zu Karies, v.a. wenn sie mit der Schoppenflasche gegeben werden. Aber auch der nächtliche Schoppen im Bett und das dauernde Trinken z.B. im Buggy sind verantwortlich, dass trotz gutem Wissen in der Bevölkerung, Karies immer noch weit verbreitet ist.

Versuchen Sie, Ihrem Kind tagsüber nicht dauernd etwas Zuckerhaltiges mit der Schoppenflasche zu geben. Wasser und ungesüssten Tee können Sie bedenkenlos weiter geben.