

Besonders leicht können Sie die Zähne Ihres Kindes putzen, wenn es nach dem Abendessen im Hochstuhl sitzt und noch fit ist für die abendliche Zahnputzroutine.

Alternativ können Sie Ihr Kind:

- in den Arm nehmen oder auf einen Trittschemel setzen.
- auf den Wickeltisch oder ins Bett legen.
 So haben Sie auf alle seine Z\u00e4hne eine gute Sicht.

Jetzt wichtig: Querputzen

Besondere Pflege brauchen die ersten bleibenden Backenzähne, die jeweils hinter dem letzten Milchzahn erscheinen: Querputzen ist deshalb bei Vorschulkindern besonders wichtig. Ihre Zahnarztpraxis zeigt Ihnen gerne, wie das geht.



Spaß ist die beste Motivation – und hilft auch bei Ablehnung

Ganz normal ist, dass sich Kinder phasenweise gegen die elterliche Mundpflege wehren.

Hier gilt: Spaß und Ablenkung statt Stress und Druck.

Unsere Tipps:

 Viel Spaß beim Üben der KAlplus-Systematik garantiert das Zahnputz-Zauberlied. Erhältlich im Internet auf YouTube unter Zahnputzzauber. So können Sie das Lied während des Zähneputzens abspielen und einsetzen.

- Die Zahnpflege durch die Eltern zum Schmuseritual machen: Kuss auf Stirn, Nase, Hände – und dann darf die Zahnbürste mit den Zähnen schmusen.
- Kleine Geschichten machen die Zahnpflege durch die Eltern zum Abenteuererlebnis:
 z.B. "Wir jagen alle Dreckmonster aus deinem Mund.
 Da, hinter dem Zahn, versteckt sich eins …"
- Abwechslung bringt Spaß: Lassen Sie Ihr Kind Zahnbürste und Zahnpasta selbst auswählen.
- Wenn Sie unsicher sind, ob Ihr Kind seine Zähne alleine sauber putzen kann, überprüfen Sie sein Können mit Anfärben der Zahnbeläge (Plaque-Einfärbelösung in Drogerien und Apotheken erhältlich).
- Bei Ablehnung und Widerstand:
 Drohen Sie Ihrem Kind nicht mit einem Zahnarztbesuch oder mit Zahnschmerzen.





VEREIN für ZAHN HYGIENE

Verein für Zahnhygiene e.V.

Gemeinnützige Arbeitsgemeinschaft zur Förderung der Mund- und Zahnpflege

Liebigstraße 25 D-64293 Darmstadt Tel. 0 61 51/1 37 37-10

Fax 0 61 51/1 37 37-30

info@zahnhygiene.de www.zahnhygiene.de



Zahnpflege von Anfang an!



Eltern putzen Kinderzähne sauber

TIPPS RUND UM DIE RICHTIGE ZAHNPFLEGE BEI KINDERN

Zahnpflege von Anfang an!



Als Eltern legen Sie den Grundstein für gesunde Zähne ein Leben lang

Kinder mit gesunden Milchzähnen haben eine 90 %ige Chance, ihre Zahngesundheit lebenslang zu erhalten. Die Verantwortung dafür liegt in den ersten Lebensjahren bei Ihnen, denn Ihr Kind kann erst dann seine Zähne allein sauber putzen, wenn es im Grundschulalter die flüssige Schreibschrift beherrscht. Bis zu diesem Zeitpunkt braucht Ihr Kind Sie zum vollständigen Entfernen der kariesauslösenden Zahnbeläge. Nur saubere Milchzähne bleiben gesund und strahlend schön.

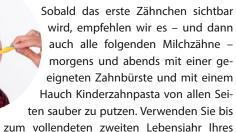


Die Mundpflege beginnt mit der Geburt

Schauen Sie Ihrem Kind von Geburt an täglich in den Mund und streichen Sie liebevoll den Kieferkamm. So gewöhnt sich Ihr Kind früh an die Mundpflege – und Sie spüren, wie während der ersten sechs Wochen der weiche Kieferkamm durch das Entwickeln der Milchzähne zu einer harten Zahnleiste wird.

Ab dem ersten Zahn:

Zahnbürste und Zahnarztbesuch



Kindes an einem Tag dafür insgesamt maximal eine erbsengroße Menge Kinderzahnpasta mit 500 ppm (0,01 %) Fluorid. Besondere Sorgfalt brauchen dabei die stark kariesgefährdeten Frontzähne. Auf diese erhalten Sie eine gute Sicht, indem Sie die Oberlippe Ihres Kindes nach oben schieben.

Unser Tipp:

Besonders leicht ist das Zähneputzen auf dem Wickeltisch oder auf Ihrem Schoß: Ziehen Sie Ihr Kind so weit heran, dass dabei seine Beine ganz bequem links und rechts von Ihrem Oberkörper Platz haben. So haben Sie direkten Blickkontakt und Ihre freie Hand kann die Arme Ihres Kindes locker halten oder den Kopf stützen. Geben Sie Ihrem Kind eine zwei-

te Zahnbürste zum Spielen in die Hand. Da Kinder altersgerecht erst schlucken und dann spucken, wird Ihr Kind einen Teil der Zahnpasta verschlucken – unabhängig von der jeweiligen Position. Das ist jedoch kein Grund zur Sorge.

Wichtig:

Erster Zahn – erster Zahnarztbesuch: Nach der zweimaligen zahnärztlichen Vorsorge in der Schwangerschaft beginnt jetzt auch für Ihr Kind die halbjährliche Vorsorge beim Zahnarzt.





Kindergarten- und Schulzeit: Zähneputzen im Team

Sobald Ihr Kind in der Lage ist, mit der Zahnbürste gezielte Hin- und Herbewegungen auf den Kauflächen oben und unten zu machen, kann es morgens die Essensreste mit der im Kindergarten erlernten KAlplus-Systematik selbst entfernen. Nach dem Abendessen putzen Sie die Zähne Ihres Kindes von allen Seiten gründlich sauber. Mit Beginn des dritten Lebensjahres sind für Ihr Kind zwei erbsengroße Mengen Kinderzahnpasta die empfohlene Tagesdosis.

