



Apropos gesunde Zähne ...

Liebe Eltern,

jedes Kind möchte schöne, gesunde Zähne. Helfen Sie Ihrem Kind dabei, es geht ganz leicht! Ihr LAGZ-Zahnarzt vor Ort und die gesetzlichen Krankenkassen unterstützen Sie gerne. Unser Tipp: Beachten Sie die vier Säulen der Zahngesundheit!

Täglich richtig Zähneputzen

Gewöhnen Sie Ihr Kind frühzeitig daran, dass gründliches Zähneputzen zur täglichen Routine gehört. Putzen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind die Zähne nach der KAI-Methode. Helfen Sie Ihrem Kind, solange es notwendig ist und putzen Sie bis zum Schuleintritt einmal täglich nach.

Zahngesunde Ernährung

Achten Sie auf eine zahngesunde Ernährung mit Milchprodukten, Obst und Gemüse. Vermeiden Sie süße Zwischenmahlzeiten. Gesunde Durstlöscher sind Wasser und ungesüßte Tees. Problematisch wird es, wenn Ihr Kind saure oder süße Getränke häufig in kurzen Abständen trinkt. Vorsicht: Flaschen mit Ventilverschluss verführen zum „Dauernuckeln“.

Fluoridierung

Fluorid härtet den Zahnschmelz und schützt Kinderzähne besonders gut vor Karies. Benutzen Sie deshalb zum Zähneputzen fluoridierte Kinder-, beziehungsweise sobald die ersten bleibenden Zähne sichtbar sind, Juniorzahnpaste in der vom Hersteller empfohlenen Menge. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind die Zahnpasta wieder ausspuckt.

Regelmäßig zweimal pro Jahr zur zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchung

Nutzen Sie die Möglichkeit zur kostenlosen zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchung alle sechs Monate! Die Vorsorgeuntersuchungen helfen, ein Vertrauensverhältnis zwischen Kind und Zahnarzt aufzubauen. Angst vor dem Zahnarztbesuch wird so gar nicht erst entstehen. Besteht die Gefahr von Karies, kann der Zahnarzt im Rahmen der Vorsorge rechtzeitig gegensteuern. Kleinste Defekte kann er mit Lack behandeln, Zähne mit „Karieslöchern“ wird er mit einer Füllung versorgen. Achten Sie zwischen den Vorsorgeterminen auch selbst auf Verfärbungen im Zahnschmelz Ihres Kindes oder auf „Karieslöcher“. Spätestens, wenn Sie hier Auffälligkeiten entdecken, darf ein Besuch in der Zahnarztpraxis nicht mehr aufgeschoben werden!

Haben Sie Fragen zur Zahngesundheit Ihres Kindes? Ihr LAGZ-Zahnarzt vor Ort gibt Ihnen gerne Auskunft. Seine Telefonnummer erhalten Sie auf Anfrage über Ihre Kindertagesstätte. Tipps geben auch unsere weiteren Elternbriefe und die Homepage der LAGZ www.lagz.de.

Herzlichst Ihre

Dr. Brigitte Hermann
Vorsitzende der LAGZ

