

Wie gewöhne ich mein Kind an die Zahnpflege?

Wann beginnen?

Vor dem Durchbruch des ersten Zahnes regelmäßig in den Mund schauen. Massieren Sie zart und liebevoll den Kieferbogen im Ober- und Unterkiefer. Das ist bereits die erste Vorbereitung auf die tägliche Zahnpflege.

Der erste Zahn ist durchgebrochen!

Ab dem Durchbruch, reinigen sie jeden Abend vor dem Schlafengehen die bereits durchgebrochenen Zähne mit einer Kinderzahnbürste.

Tipps zur Durchführung am Kind!

Das Kind auf dem Wickeltisch beim Windelwechsel hinlegen, mit der freien Hand die Händchen etwas festhalten und mit der anderen Hand mit der Zahnbürste die Zähne reinigen.

Reinigung auf dem Schoß der Mutter oder des Vaters.

Die Beine des Kindes können unter den Armen rechts und links der Eltern strampeln, ohne dass es sich wegstoßen kann. Der Kopf des Kindes liegt in einer Hand und mit der anderen Hand kann gereinigt werden. Dem Kleinkind kann man auch eine Zahnbürste in die Hand geben.

Spannend und abgelenkt ist Ihr Kind, wenn die Zahnpflege bei laufender Musik, einem Lied, einer kurzen Geschichte (z.B. „Verjagen der Zahnmonster aus dem Mund, die sich hinter den Zähnen versteckt ...“) oder Spruch durchgeführt wird.

Bei größeren Kindern ist die Zahnpflege vor dem Spiegel gut möglich.

Ältere Kinder sind beeindruckt von abgefärbten Zahnbelägen.

Verwendung von Zahnpaste!

Kinderzahnpaste mit einem Flouridgehalt von maximal 500 ppm verwenden. Die Menge sollte sehr gering sein. Am Beginn nur ein Hauch und ab dem 2. Geburtstag kann 2-mal täglich mit Kinderzahnpaste gereinigt werden.

Kinder können erst mit Beginn der Schreibfähigkeit eine gründliche Zahnreinigung selbstständig durchführen, bis dahin braucht es unbedingt die Unterstützung der Eltern.

Die Zahnpflege soll zu einem täglichen Ritual werden.