

ZÄHNE RICHTIG PFLEGEN

Endlich dürfen unsere Zahngesundheitserzieherinnen und Ernährungsexpertinnen nach vier Monaten Coronapause wieder in die Kindergärten und Schulen 😊! Sie erklären den Kindern auf spielerische Art und Weise, wie ihre Zähne gesund bleiben.

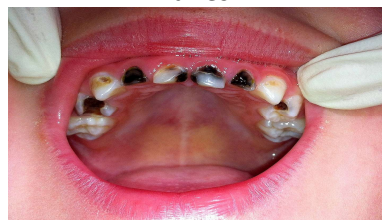
Die wichtigsten Regeln auf einen Blick:

- 2 x täglich mit flouridhaltiger Zahnpasta Zähne putzen: Aufgrund der fehlenden Feinmotorik soll bis zum 10. Lebensjahr von den Eltern nachgeputzt werden!
- Abends nach dem Zähneputzen nichts mehr essen, nur noch Wasser trinken.
- Nach den Zwischenmahlzeiten den Mund spülen, wenn Zähneputzen nicht möglich ist.
- 1 x jährlich Besuch beim Zahnarzt

Gesundes Gebiss



Karies






Ein lustiger Spruch, der das Zähneputzen unterstützt:

Hin und her, hin und her - Zähneputzen ist nicht schwer!

Von Rot nach Weiß - immer im Kreis!

Schwuppdwupps, Schwuppdwupps - gibt den Bröseln einen Schubs.

<p>Lutschoffener Biss</p> <p>Aufgrund häufiger/permanenter Verwendung des Schnullers</p>	
<p>Erosionen</p> <p>Ursachen: Säuren aus Lebensmitteln, Getränken oder dem Magensaft</p>	
<p>„Black stain“ – Melanodontie</p> <p>Braun-schwarzer Zahnbelag: meist am Zahnfleischrand, dieser kann nach dem Zahnwechsel verschwinden. KEIN KARIES!</p>	

@ Fotos: styria vitalis

Für den Inhalt und die Fotos verantwortlich: Birgit Brunner, Diätologin, im Auftrag des GeKiBu-Teams