

DIE ZAHNGESUNDHEIT IHRES KINDES
LIEGT UNS AM HERZEN

GEMEINSCHAFTSPRAXIS LENZNER & WENDE

Liebe Eltern,

jede Altersstufe birgt ihre Schwierigkeiten bei der täglichen Mundhygiene – sei es die Teenagerzeit, wo vieles wichtiger erscheint als die Zähne oder das Kleinkindalter, wo die Akzeptanz des „Fremdkörpers Zahnbürste“ erst mühsam antrainiert werden muss. Dennoch darf die Zahnpflege trotz aller manchmal vorherrschenden Widrigkeiten nicht vernachlässigt werden! Worauf Sie bei jedem Entwicklungsabschnitt achten müssen, soll Ihnen deshalb dieser kleine Ratgeber veranschaulichen:

1

Altersstufe 2 – 6 Jahre

Ihr Kind möchte nun langsam alleine die Zähne putzen. Lassen Sie es deshalb unter ihrer Aufsicht vor dem Badezimmerspiegel mit dem sog. „Trockenbürsten“ (also ohne Zahnpasta) üben und geben Sie ihm eine systematische Anleitung

(KAI-Methode: kreisende Bewegungen auf den Zahnaußenflächen und schrubbende Bewegungen auf den Kau- und Innenflächen).

Eine speziell geformte Kinderzahnbürste mit verdicktem Griff und kleinem Borstenfeld erleichtert dem Nachwuchs die korrekte Haltung; Das regelmäßige Loben, selbst kleinster Fortschritte, steigert die Motivation! Anschließend sind wieder Sie gefragt, wobei jetzt morgens und abends – jeweils nach dem Essen – die Zahnreinigung mit einer erbsengroßen Menge fluoridierter Kinderzahnpasta (500ppm) erfolgen sollte.

Achten Sie hierbei bitte darauf, dass die Zahncreme keinen Bonbon- oder Fruchtgeschmack aufweist, damit ihr Kind nicht die ganze Pasta verschluckt, sondern so viel wie möglich im Anschluss wieder ausspuckt. Tipp: In dieser Zeit dürfen Sie ihre eigene Vorbildfunktion nicht unterschätzen! Das Kind wird es Ihnen gerne nachahmen, wenn es die Eltern 2x täglich ihre eigenen Zähne reinigen sieht! 1