

## Vorbeugen ist besser als heilen!

Kinderzähne haben - anders als die Zähne Erwachsener - einen Zahnschmelz, der leichter von Karies angegriffen und zerstört werden kann. Das gilt sowohl für die Milchzähne als auch für die bleibenden Zähne, deren Zahnschmelz erst ca. drei Jahre nach Durchbruch ausgereift und widerstandsfähig ist. Kinderzähne müssen deshalb sorgfältig gepflegt werden, denn sie dienen nicht nur der Nahrungsaufnahme. Sie sind für die Sprachentwicklung eines Kindes ebenso wichtig, wie für die Kieferentwicklung und die richtige Zahnstellung der bleibenden Zähne im Schulalter.



### wichtige Tipps zur Zahnpflege:

- ✓ kindgerechte Handzahnbürste (dicker rutschfester Griff, kurzer Bürstenkopf)
- ✓ erbsengroße Menge Kinderzahnpaste (500ppm Fluorid), ab Schuleintritt Erwachsenenzahncreme (1200-1500ppm Fluorid)
- ✓ morgens **nach** dem Frühstück, abends **vor** dem zu Bett gehen putzen

✓ systematisches Zähneputzen nach K A I:

1. **K** aufläachen
2. **A** ußenflächen (Kreise auf aufeinanderstehende Zähne „malen“)
3. **I** nnenflächen (ausfegen)

**Abends putzen Sie als Eltern die Zähne Ihres Kindes bitte nach!**

Bitte nutzen Sie die Möglichkeit, Ihr Kind halbjährlich bei Ihrem Haus-Zahnarzt/in vorzustellen.

Ihre Jugendzahnärztin des Gesundheitsamtes