

# Gesunde Kinderzähne: Vorsorge liegt in Ihrer Hand

---

Liebe Eltern,

Kinderzähne sind wertvoll, denn sie sind die Grundlage für gesunde Zähne ein Leben lang. Sie können viel dafür tun, damit die Zähne Ihres Kindes von Anfang an gesund bleiben.

## Wussten Sie etwa, dass...

---

... auch der erste Milchzahn schon Pflege braucht? Milchzähne haben eine ganz empfindliche Oberfläche und sind besonders anfällig für Karies. Deshalb: Zahnbürste vom ersten Zahn an.

... Fluoride wichtig für gesunde Kinderzähne sind? Es gibt fluoridhaltige Zahnpasta extra für Kinder.

... das Dauernuckeln von zucker- oder säurehaltigen Getränken, dazu zählen auch gesüßte Tees, die Zähne Ihres Kindes schädigt? Wasser ist der beste Durstlöscher.

... auch Produkte mit der Kennzeichnung „ohne Zucker“ oder „zuckerfrei gesüßt“ Zucker enthalten können? Glukose (Traubenzucker), Fruktose (Fruchtzucker), Laktose (Milchzucker) und Maltose (Malzzucker) können Schäden an den Zähnen fördern.

... Kauen gesund ist? Feste Nahrung (Vollkornprodukte, frisches Obst, Gemüse) fördert den Speichelfluss und schützt somit die Zähne.

... Kinder in der Lage sind aus dem Becher zu trinken, sobald sie sitzen können? Spätestens ab dem ersten Geburtstag braucht das Kind die Nuckelflasche nicht mehr.

... das Nuckeln am Schnuller oder Daumen bis zu einem gewissen Alter in Ordnung ist? Um Zahn- und Kieferfehlstellungen zu vermeiden, sollte das Kind bis zum dritten Geburtstag entwöhnt werden.

Sie möchten mehr darüber wissen, wie Sie die Zähne Ihres Kindes gesund erhalten können? Sprechen Sie uns einfach an. Wir beraten Sie gerne!

Ihre Zahnarztpraxis