

## Der beste Start für gesunde Zähne – Pflegetipps für Babyzähne



# Baby ZAHNPFLEGE

### Besonders wichtig:

Wenn Ihr Kind ein Jahr alt ist, sollte es lernen, aus Tasse oder Becher zu trinken (eine Trinklerntasse ist nur selten sinnvoll). Nehmen Sie Wasser, denn selbstverständlich wird noch gekleckert.

Bieten Sie ungesüßten Tee und Mineralwasser aber keine zuckerhaltigen Getränke (Tees, Obstsäfte, Fruchtsäfte) aus dem Fläschchen an. Auch als „ohne Zuckerzusatz“ deklarierte Säfte enthalten viel Fruchtzucker und -säuren, die schädlich für die neuen Zähne sind.

Geben Sie das Fläschchen nicht auf Dauer oder nachts. Trinken soll Durst löschen und nicht Nuckelersatz werden.



MODERN ANGSTFREI MINIMALINVASIV

### Das sollten Sie beachten:

- Die zahnärztliche Vorsorge sollte schon bei den ganz Kleinen beginnen. Vereinbaren Sie den ersten Zahnarzttermin, wenn Ihr Kind sechs Monate alt ist.
- Bereits der erste Milchzahn benötigt Pflege: mit einer kleinen, weichen Zahnbürste anfangen. Es ist wichtig, Ihr Kind früh ans Zähneputzen zu gewöhnen.
- Beim Kochen/Würzen „fluoridiertes“ Speisesalz nehmen.
- Häufige Zwischenmahlzeiten vermeiden – vier bis fünf Mahlzeiten am Tag reichen völlig aus.
- Zahnfreundliche Süßigkeiten sind ein sehr guter Naschersatz und verursachen keine Karies. Achten Sie auf das Symbol mit Zahnmännchen und Regenschirm. 
- Nach dem Zähneputzen gibt es selbstverständlich nichts Süßes mehr.

### Beim Putzen der Zähne:

- Zum Zähneputzen nehmen Sie Ihr Kind am besten auf den Schoß oder legen es auf den Wickeltisch.
- Eine erbsengroße Menge Kinderzahnpaste (Kindesalter siehe Zahnpaste-Tube) reicht aus.
- Zahnpaste mit Fluorid macht Fluoridtabletten überflüssig.
- Die Zahnbürste schräg zum Zahnfleischsaum ansetzen und dann sanft in kleinen Kreisen bewegen.
- Immer wieder die Zähne Ihres Kindes beobachten, indem Sie die Oberlippe hochschieben. Sind die Zähne sauber oder ist Zahnbelag zu sehen? Darauf achten, alle Zähne und Zahnflächen zu reinigen!
- Ab dem zweiten Jahr die Zähne Ihres Kindes morgens und abends mit fluoridhaltiger Zahnpaste reinigen.

**Beherzigen Sie diese Tipps und Sie helfen Ihrem Kind zu einem guten Start in eine gesunde Zahnkarriere. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne an uns.**

[www.zahnarztfinzler.de](http://www.zahnarztfinzler.de)

Zahnarzt Ulrich Finzler  
Frankenstraße 2 · 56068 Koblenz  
Telefon 0261–32248 · Fax 0261–34971  
zahnarzt@finzler.com  
 facebook.com/zahnarztfinzler

