

SMÅBØRN

# Klar besked om dit barns tandpleje



VIDSTE DU AT...  
RENE TÆNDER  
FÅR IKKE  
HULLER



Fredericia  
Kommune

Tandplejen  
Fredericia sundhedshus





### Sådan hjælper du dit barn med at få sunde tænder

Børst dit barns tænder morgen og aften, også når barnet ikke har lyst. Det varer ikke længe før barnet opdager, at det skal gøres.

Start med tandbørstningen allerede fra den første tand bryder frem.

#### **i** Hvad kan du gøre?

Lad barnet ligge ned, når I børster tænder. Løft læben og hold evt. ud i kinden, så du bedre kan se tænderne.

Brug en lille blød tandbørste med lidt tandpasta med fluorid 1450 ppm.

### Huller i tænderne

Huller i tænderne skyldes bakterier i munden. De omdanner sukker fra maden til syre, og syren ødelægger langsomt tænderne.

Bakterier har samme farve som tænder, så de er svære at se.

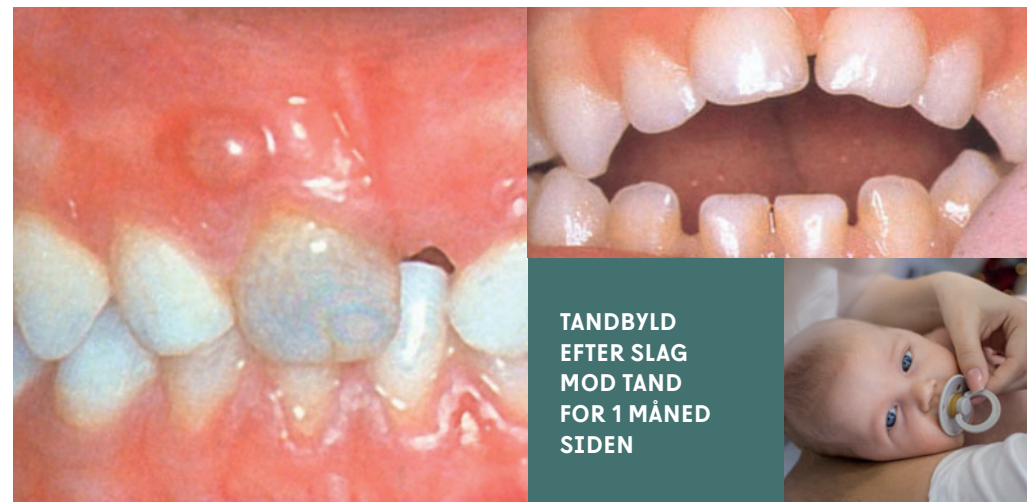
#### **i** Hvad kan du gøre?

Børst dit barns tænder 2 gange daglig.

Giv dit barn sund mad og vand eller mælk at drikke. Slik, saftvand, kager, sodavand og en del morgenmadsprodukter indeholder meget sukker.

Hvis du ammer dit barn, skal du også huske at børste barnets tænder to gange om dagen.

Vær opmærksom på, at hyppig amning om natten kan give huller, hvis tænderne ikke bliver børstet rene.



### Hvis uheldet er ude...

Når børn falder og slår tænderne er det ofte deres læber og fortænder, det går ud over. Ofte ser det værre ud, end det er, fordi det kan bløde meget.

Bevar roen og rens forsigtigt området med en våd klud, så du kan få overblik over skaden. Det er en god idé at have en forsikring, der dækker tandskader.

#### **i** Hvad kan du gøre?

Tag kontakt til Tandplejen, hvis du er i tvivl om, hvor stor skaden er. Vi kan vejlede dig i telefonen og vurdere, om vi skal se barnet.

Hvis der er løse tænder, giv blød kost i 14 dage. Vær forsigtig med tandbørstningen i området den første uge.

### Sutteflaske

Der bør kun være vand, usødet te eller modermælkestatning i sutteflasken. Fra 6 måneders alderen kan dit barn drikke af kop.

#### **i** Hvad kan du gøre?

Undgå saft, juice og andre søde drikke i sutteflasken, da det er vanedannende. Desuden er der risiko for, at dit barn får huller i tænderne.

### Sut

De fleste børn har et suttebehov. Det er helt naturligt. Men sutten kan give barnet "suttebid" med skæve tænder. Brug derfor sutten med omtanke.

#### **i** Hvad kan du gøre?

Undgå at dyppe sutten i søde drikke, der indeholder sukker og kan give huller i tænderne. Stop med sutten senest, når barnet bliver 2 ½-3 år, så vil et evt. suttebid ofte rette sig selv igen.

SMÅBØRN

# Klar besked om dit barns tandpleje



Tandplejen træffes på tlf. 7210 6730  
Man - tors kl. 08- 10 og 13 - 15 og fre kl. 08 - 10

---

Du modtager besked i din e-boks, når det er tid  
til dit barns eftersyn.

**TANDPLEJEN, FREDERICIA SUNDHEDSHUS**

Dronningensgade 97 · Bygning C, 3. sal · 7000 Fredericia

Tlf.: 7210 6730 · tandplejen@fredericia.dk

[www.fredericia.dk](http://www.fredericia.dk)

**Tandplejen**  
Fredericia sundhedshus

