



Für Kindergartenkinder

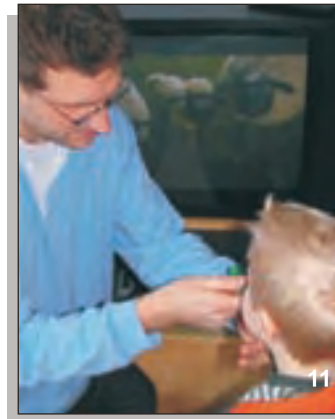
Liegt Ihr Kind auf dem Boden (Bild 9) oder im Bettchen, können Sie bequem alle Zähne sehen und putzen, z.B. mit einer elektrischen Kinderzahnbürste.

Egal ob Ihr Kind bei der Zahnpflege liegt, sitzt oder leicht aufrecht im Arm gehalten wird, verschluckt es im Kleinkind- und Kindergartenalter den größten Teil der Zahncreme. Ihr Kind kann altersgemäß noch nicht kontrolliert, d.h. 100%ig ausspucken - oft wird erst geschluckt und dann ausgespuckt.

Und so geht es bei den Schulkindern:



Phasenweise wehren sich Kinder gegen die Zahnpflege durch die Eltern. Da hilft Ablenkung am besten: Eine Geschichte erzählen, singen, Späße machen. Das Thema Zähneputzen sprechen Sie am besten gar nicht an, sondern es „passiert einfach nebenbei“ – warum nicht einmal vor dem Fernseher oder beim Spielen ?



Auch so geht's leicht:

- Zahnpflege als Teil des abendlichen Rituals waschen - Schlafanzug anziehen - Zähne putzen - Geschichte vorlesen - einschlafen.
- Zahnpflege mit CD- bzw. Kassettenbegleitung oder ein dem Kind vertrautes Lied singen.
- Zahnpflege als Abenteuererlebnis: "Wir jagen die Zahnmonster aus deinem Mund. Da, hinter dem Zahn, versteckt sich eins..."
- Zahnpflege als "Schmuseritual": Kuss auf Stirn, auf Nase, auf Hände; dann darf die Zahnbürste mit den Zähnen schmusen.
- Abwechslung bringt Spaß: Dazu gehören die neue, selbst ausgesuchte, Zahnbürste und Zahncreme.
- Ältere Kinder sind beeindruckt von angefärbten Zahnbelägen.

Wichtig ist, dass Sie Ihr Kind nicht unter Androhung eines Zahnarztbesuches oder Zahnschmerzen zum Zähneputzen zwingen.



Eltern putzen Kinderzähne

Kinder mit gesunden Milchzähnen können zu 90% zahngesund fürs ganze Leben bleiben!

Zahnpflege von Geburt an ist damit die wichtigste Maßnahme von Eltern, wodurch die Zähne ihrer Kinder gesund und schön bleiben.

Eltern putzen so lange alle Zähne ihres Kindes von allen Seiten abends sauber, bis das Kind selbst zur gründlichen Mundpflege fähig ist. Dieser Zeitpunkt ist erst erreicht, wenn das Grundschulkind flüssig Schreibrschrift schreiben kann.

Nachfolgend gibt es für Sie, liebe Eltern, viele Tipps und kleine Tricks für die Zahnpflege Ihres Kindes, damit Ihr Kind auch ein Leben lang zur erfolgreichen Gruppe der (zahn)gesunden Kinder gehört.

Ihr Baby ist zahnlos

Schauen Sie Ihrem noch zahnlosen Baby regelmäßig in den Mund. Sie werden erstaunt sein, was da so alles passiert! **Massieren Sie liebevoll den Kieferkamm.** Dadurch gewöhnt sich Ihr Kind früh an die Zahnpflege und Sie fühlen, wie aus dem weichen Kieferkamm beim Einschließen der Milchzähne eine harte Zahnleiste wird (Bild 1 und 2).



Der erste Zahn ist da!

Ab dem ersten Milchzahn putzen Sie **immer vor dem Schlafengehen alle Milchzähne** Ihres Kindes mit einer Kinderzahnbürste und einem Hauch Kinderzahncreme (maximal 500 ppm Fluorid) **rundherum sauber.**

➡ **Beim Wickelwechseln auf dem Wickeltisch** fällt Ihnen das Zähneputzen besonders leicht. Hier wird das Köpfchen Ihres Kindes durch ein Nestchen stabil gehalten, mit der freien Hand können Sie die Händchen Ihres Kindes sanft festhalten (Bild 3).



➡ **Auf dem Schoß ist es besonders gemütlich** (Bild 4): Der Popo Ihres Kindes wird so weit zum Bauch gezogen, dass die Beinchen bequem rechts und links strampeln können, ohne dass sich Ihr Baby wegstoßen kann; Ihre freie Hand kann die beiden Ärmchen locker halten, im direkten Blickkontakt können Sie und Ihr Kind sich prima unterhalten. Im Bild unten stützt die Mutter das Köpfchen des Kindes mit der freien Hand, die Hand des Kindes ist mit einer zweiten Zahnbürste „beschäftigt“.



Eltern putzen
Kinderzähne
sauber



Jetzt will Ihr Kind mitmachen, denn Zähneputzen macht Spaß!

Bald wollen die Kinder selbst putzen, denn Zähneputzen macht Spaß und ist interessant, z.B. morgens nach dem Frühstück. Zusätzlich putzen Sie, liebe Eltern, jeden Abend vor dem Schlafengehen alle Zähne Ihres Kindes mit einer Kinderzahnbürste und einer erbsengroßen Menge Kinderzahncreme von allen Seiten sauber. Nach dem 2. Geburtstag werden die Zähne Ihres Kindes also 2-mal täglich mit Kinderzahncreme gepflegt.

➡ Dafür kann man das Kind in den Arm nehmen (Bild 6) oder auf einen Tritt-Schemel setzen (Bild 7). Praktisch ist das Zähneputzen im Hochstuhl (Bild 8) direkt nach dem Abendessen. Da sind Kinder auch noch nicht zu müde für die abendliche Zahnputzroutine.

