

Gesunde Zähne von Anfang an

Gesunde Zähne gehören zur gesunden Entwicklung Ihres Kindes. Schon mit dem ersten Zahn beginnt die richtige Pflege. **Mundgesundheit ist ein fester Bestandteil der allgemeinen Vorsorge für Kinder.**

Warum Milchzähne so wichtig sind

Milchzähne sind mehr als nur „Platzhalter“:

- Sie helfen beim **Kauen**.
- Sie unterstützen das **Sprechen**.
- Sie halten **Platz für die bleibenden Zähne**.

Gehen Milchzähne zu früh verloren, können später Fehlstellungen entstehen.

Was Sie zu Hause tun können

Mit einfachen Routinen schützen Sie die Zähne Ihres Kindes:

- **2× täglich Zähneputzen** mit fluoridhaltiger Zahnpasta
 - **Die richtige Menge Zahnpasta:**
 - ✓ ab dem ersten Zahn: *reiskorngroß*
 - ✓ ab 2 Jahren: *erbsengroß*
 - **Wasser und ungesüßte Getränke** bevorzugen
 - **Süßes** am besten nur zu den Hauptmahlzeiten
-

Warum Fluorid wichtig ist

Fluorid **stärkt den Zahnschmelz** und schützt vor Karies.

Früh zum Zahnarzt

- Der erste Zahnarztbesuch sollte **nicht erst bei Schmerzen** stattfinden.
 - Regelmäßige Kontrollen helfen, **Probleme früh zu erkennen** oder zu vermeiden.
 - Auch Maßnahmen wie die **Versiegelung der Backenzähne** können die Zähne zusätzlich schützen.
-

Unser Tipp

Gute Gewohnheiten, die früh beginnen, bleiben oft ein Leben lang.

Wir unterstützen Sie und Ihr Kind dabei gern – sprechen Sie uns einfach an!