

Barnens mjölk- tänder 0-2 år...



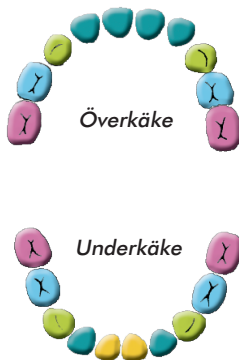
***...tillsammans kan vi ge ditt
barn en bra munhälsa***

Friska tänder från början

- Ge ditt barn mat på regelbundna tider.
- Ge vatten att dricka om ditt barn är törstigt.
- Börja med tandborstning när barnet fått sin första tand.
- Använd fluortandkräm, men det behövs inte mer än en klick stor som barnets lillfingernagel.



Så här brukar tänderna komma



- 6-9 månader
- 8-12 månader
- 16 månader
- 18-19 månader
- 25-27 månader

Mjölktänderna börjar utvecklas redan i 26:e fosterveckan. De permanenta tändernas utveckling börjar runt barnets födelse.

När barnet är mellan 6 månader och upp till 1 år, börjar mjölktänderna komma upp (kan variera, ibland tidigare och ibland senare).

Nya tänder

Håll utkik efter nya tänder. Barnet kan bli lite grinigt och oroligt när tänderna ska komma fram. Ibland kan feber och även diarré förekomma.

Det kan kännas bra för barnet att få gnaga på en bitring eller liknande.



Modell i genomskärning som visar tändernas utveckling i underkäken.

Borsta tänderna

- Börja tidigt så att barnet vänjer sig.
- Använd en mjuk tandborste med litet borsthuvud.
- Borsta morgon och kväll.
- Undvik småätande! Låt tänderna vila mellan måltiderna.
- Vatten är den bästa törstsläckaren!



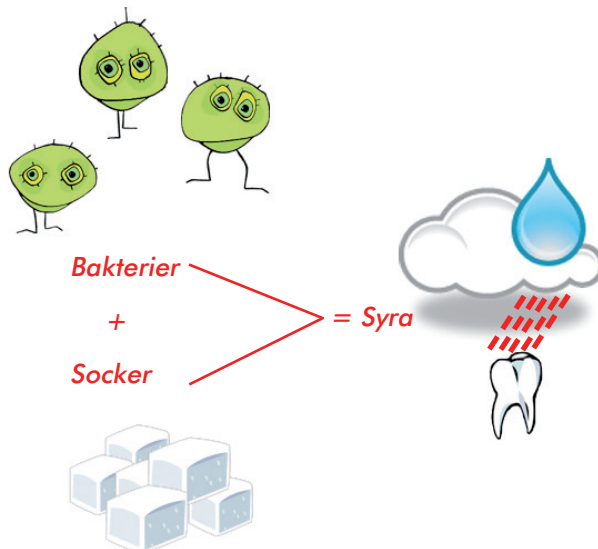
Fluor är bra för tänderna



- Tänderna blir starka och motståndskraftiga mot syraattacker.
- Bakterierna får svårare att bilda syra.
- Saliven får hjälp att läka mindre kariesskador.

Hur bildas karies?

- Karies beror på att bakterier tillsammans med socker, bildar en syra som fräter på tandemaljen.
- Tänderna klarar av cirka fem syraangrepp om dagen.
- Undvik att ge barnet godis så länge som det är möjligt.

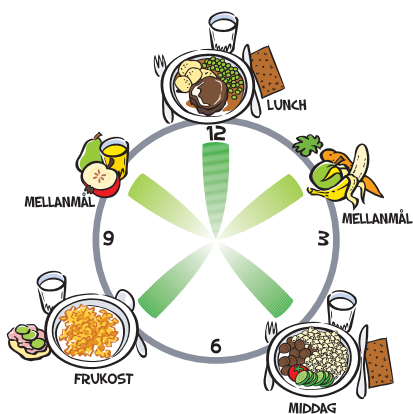


Inga söta drycker

- Endast vatten och välling i nappflaska!
- Om barnet ammas ofta mellan måltiderna efter tändernas frambrott, tänk då på att bröstmjölken är mycket söt och kan ge karies. Rådgör med din Folk tandvårdsklinik eller Barnavårdscentral.
- Spar saft och läsk till festligare tillfällen.



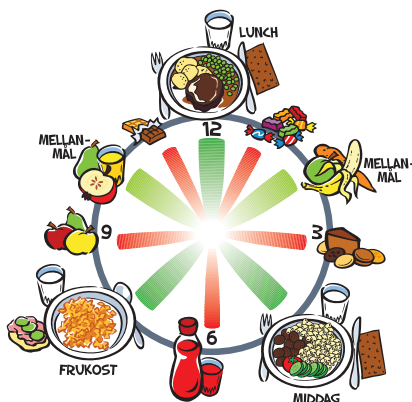
Sockerklockan



Regelbundna måltider = mindre risk för karies.

Småätande = stor risk för karies.

Vatten är bästa törstsläckaren och det är också en utmärkt måltidsdryck.



Sugvanor - napp eller tumme?

Alla barn har naturligt sugbehov tills de är ungefär 1 år. Ett bettfel kan bli resultatet av lång tids napp- eller tumsugning.

Detta går för det mesta spontant tillbaka om sugvanan bryts runt 3 årsåldern.



Öppet bett



Om olyckan är framme!

- Barn kan under sin uppväxt råka ut för olycksfall som drabbar tänderna.
- Om en hel mjölk tand har slagits ut, ska du inte sätta den på plats igen.
- Kontakta **alltid** Folk tandvården om olyckan är framme.



Antal sockerbitar

Saft 2,5 dl = ca 7 sockerbitar

Risifrukti 175 gr = ca 5 sockerbitar
(4 tillsatta, 1 fruktsocker)



Fruktyoghurt 2 dl = ca 6 sockerbitar

Glass 2 dl = ca 8 sockerbitar

Russin (liten ask) = ca 10 sockerbitar
(10 fruktsocker)

Nyponsoppa 2 dl = Ca 10 sockerbitar
(7 tillsatta, 3 fruktsocker)

*Källa: "Det dolda sockret" Tandhälsovården i Alingsås.
Sockermängden i samma produkt kan variera mellan
olika märken.*

Vi på Folktandvården hjälper dig att hålla ditt barns tänder friska.

*Munnen är inkörsporten till
resten av kroppen - Vårda den väl!*

Välkommen



Stämpel

A large rectangular area enclosed by a dashed line, intended for a stamp.