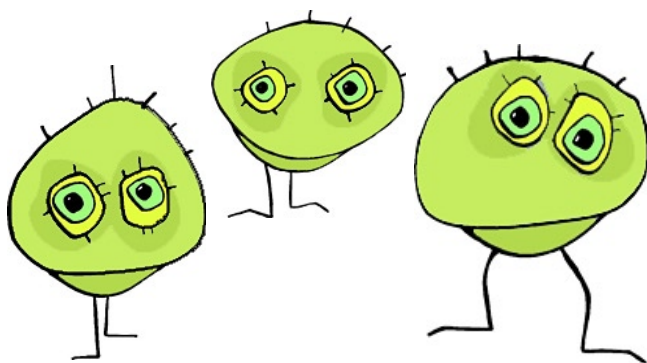


Hål i tänderna...



"Bacteria" = bakterie på latin.

...information om karies

Hur uppstår karies?

Bakterier på tänderna omvandlar socker och andra kolhydrater vi intar till en syra som löser upp emaljen.

Vad kan påverka kariesutvecklingen?

- Småätande.
- Otillräcklig munhygien.
- Minskad saliv.
- Aggressiva bakterier.

Att småata mellan måltiderna ger hål i tänderna!

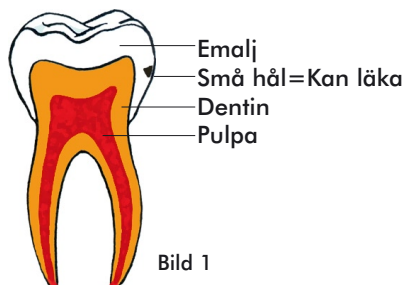


Tand i genomskärning

Behöver all karies lagas?

Nej! Små hål i emaljen kan läka och bli en hård/frisk tandyta igen.

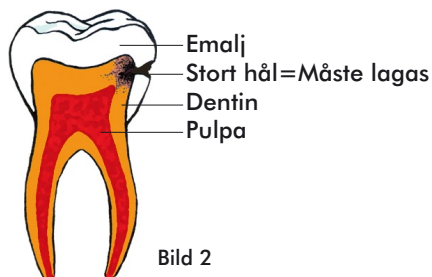
(Se bild 1)



När måste karies lagas?

Om kariesangreppet blivit så stort att det gått igenom hela emaljen och in i det underliggande dentinet.

(Se bild 2)



Drick vatten mellan måltiderna om du är törstig!



Kan man göra något för att undvika att få hål i tänderna?

Ja!

- Undvik småätande - ät regelbundet ca fem ggr/dag.
- Undvik att alltför ofta förtära godis, fikabröd, läsk och andra produkter med mycket socker i.
- Borsta tänderna noga morgon och kväll med fluortandkräm.
- Gör rent mellan tänderna med tandtråd, tandsticka eller mellanrumsborste.
- Använd extra fluor t ex tabletter, tuggummi eller sköljning.
- Besök regelbundet din Folktandvård för undersökning och personlig rådgivning.

Fluor gör dina
tänder starka!



En sockerrik produkt behöver inte nödvändigtvis vara skadlig för tänderna, det avgörande är **hur ofta** produkten intas.

Vi på Folktandvården kan hjälpa dig att förebygga och behandla karies.

Välkommen

Var rädd om dina
tänder, de ska
hålla hela
livet.



Stämpel

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