

Förebygga frätskador/erosioner

Skadad emalj kan inte lagas! Den enda verkligt bra behandlingen mot dental erosion är **förebyggande åtgärder** och justering av kost:

- Minska intag av sura drycker
- Ät regelbundet och undvik småätning mellan måltider
- **DRICK VATTEN VID TÖRST!!!**



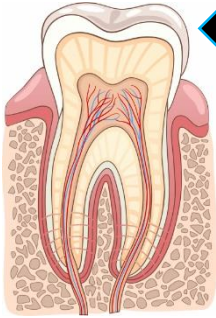
Widgitsymboler © Widgit Software/Symbolbruket AB 2021 | www.symbolbruket.se

Frätskador på tänder

Dentala erosioner

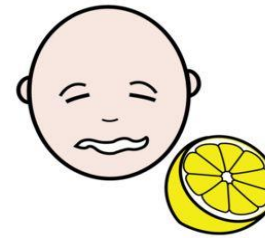
Bildstöd





Det vita på tanden heter emalj och är kroppens hårdaste material.

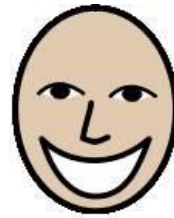
Emaljen skyddar tanden



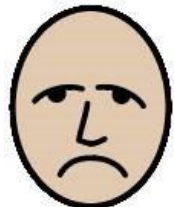
Hur surt det är i munnen, påverkar tänderna



En frisk tand är täckt av skyddande emalj.



En frätskadad tand utan emalj kan göra ont.



Störst orsak till frätskador är läsk och energidryck, med eller utan socker.



Begränsa intag till 1ggr/veckan!



Även nyttiga saker som juice och frukt påverkar emaljen.

Ät på regelbundna tider och drick vatten när du är törstig.