



**Hørsholm
Kommunale
Tandpleje**

HØRSHOLM KOMMUNE

Børst morgen
og aften. En ren
tand får ingen
huller

Pas godt på mælketænderne



Børn der ammes efter
1-års alderen (specielt
om natten), har
større risiko for at få
huller i tænderne

Når mælketænderne bryder frem:

Dit barn vil i 6 måneders alderen få sin første mælketand.

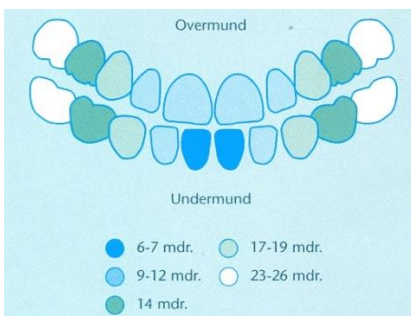
Det er oftest i undermundten at den første tand bryder frem

Omkring 3-års alderen vil alle 20 mælketænder som regel være fuldt frembrudte.

Nogle børn føler ømhed i gummerne ved tandfrembrud og savler ofte mere.

Tidspunktet og rækkefølgen af mælketændernes frembrud kan variere, uden at det har nogen betydning.

Se skemaet nedenfor:



Amning:

Vær opmærksom på, at børn der ammes efter 1-års alderen (specielt om natten), har større risiko for at få huller i tænderne.

Sutteflasker:

Når dit barn har fået tænder, anbefaler vi ikke brug af sutteflaske til andet end vand.

Mælk, saft eller juice i sutteflasken kan være skadeligt for tandemaljen, fordi barnet ligger og sutter i længere tid, og de forskellige syrer i saften dermed har mulighed for at angribe tænderne.



Hvornår skal tandbørstningen starte:

Det er vigtigt, at du begynder tandbørstning så snart første tand bryder frem. Børst morgen og aften. Brug en blød tandbørste med et lille børstehoved, den er nemmere at komme rundt med. Børsterne skal være bløde.

Brug kun den mængde tandpasta, der kan ligge på dit barns lillefinger-negl. Brug børnetandpasta indtil 3-års alderen.

- Vær til stede når du børster og giv dig god tid.
- Vær enig om hvordan der børstes.
- Sæt ord og handling sammen, det man siger, er det man gør.

En ren tand får ingen huller.

- Gør tandbørstning til en rar og hyggelig vane
- Sid behageligt, så du har overblik over, hvor der børstes

En god børste teknik:

Børst alle tyggeflader først, så tandpastaen fordeles rundt i munden. Børst overgang mellem tandkød og tand med små runde bevægelser. Børst langs tandkødet på ydersiden af tænderne i overmunden, dernæst på indersiden i overmunden, så undermunden på ydersiden og til sidst indersiden af tænderne i undermunden. Børst ens hver gang – så er du sikker på at nå rund overalt.



Kost:

Begræns indtagelsen af søde sager. Det er ikke mængden, men hyppigheden der er afgørende for, om man får huller i tænderne.



Tandskader:

Hvis dit barn slår tænderne kontakt da tandklinikken, idet skade på mælketænder i visse tilfælde også kan skade de blivende tænder.

Tandplejen behandler alle tandskader. Mange større skader kan dog først behandles færdig i 20-25-års alderen. Det er derfor vigtigt, at I har en ulykkesforsikring, der dækker tandskader.

Behov for nødbehandling eller tandlægehjælp

Har du behov for nødbehandling eller anden akut tandlægehjælp uden for vores åbningstid kan tandlægevagten kontaktes på tlf. 70 25 00 41.



**Hørsholm
Kommunale
Tandpleje**

HØRSHOLM KOMMUNE

Center for Børn og Voksne
Stadionalle 12
2960 Rungsted Kyst
Tlf. 4849 6040

tandplejen.horsholm.dk

