

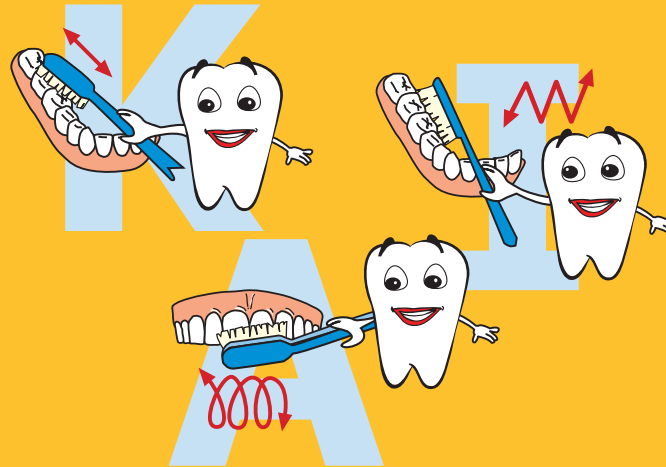
# Liebe Eltern,

Ihr Kind besucht eine „Kita mit Biss“, in der Erzieherinnen und Erzieher sowie das Küchenteam dafür sorgen, dass Ihr Kind in einem mundgesundheitsförderlichen Umfeld aufwachsen kann.

Wir, das Team des Zahnärztlichen Dienstes, haben die Bitte, dass Sie die Maßnahmen zur Förderung der Kindermundgesundheit in der Kita unterstützen und auch zu Hause umsetzen.

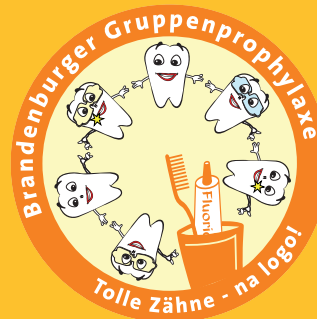
Vielen Dank!

*Ihr Team des Zahnärztlichen Dienstes*



Kontakt  
Landkreis Oberhavel  
Fachbereich Gesundheit · Zahnärztlicher Dienst  
Havelstraße 29 · 16515 Oranienburg  
Telefon (03301) 601-3764

Weitere Informationen  
[www.brandenburger-kinderzaehne.de](http://www.brandenburger-kinderzaehne.de)



Die Gruppenprophylaxe im Land Brandenburg wird gefördert durch die Arbeitsgemeinschaft der Verbände der Krankenkassen im Land Brandenburg, das Ministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz sowie die Landeszahnärztekammer Brandenburg und umgesetzt durch die Landkreise und kreisfreien Städte.

Zeichnungen aus dem Schülerwettbewerb „Tolle Zähne – na logo!“

... und  
**Eltern helfen mit!**

## Zahnpflege

Die Zahnpflege zu Hause beginnt ab dem ersten Zahn. Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes bis zum



2. Geburtstag 1x täglich abends vor dem Schlafengehen mit einem Hauch fluoridierter Kinderzahnpaste.

Ab dem 2. Geburtstag werden die Kinderzähne 2x täglich mit einer erbsengroßen

Menge fluoridierter

Kinderzahnpaste morgens

nach dem Frühstück und abends

vor dem Schlafengehen geputzt;

entsprechend dem Entwicklungsstand

der Kinder nach der Zahnputzsystematik

Kauflächen, Außenflächen, Innenflächen

(KAI).

Bitte unterstützen Sie das Zähneputzen und putzen die Zähne Ihres Kindes solange nach, bis es flüssig die Schreibrift beherrscht.



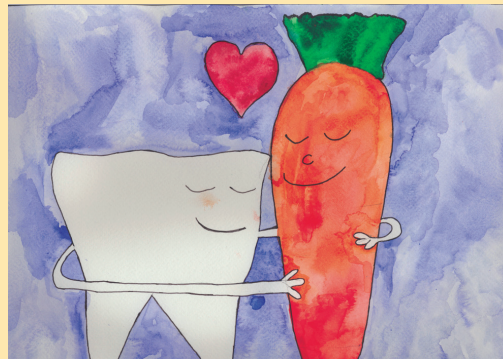
## Fläschchen und Trinklerugetäße

Überlassen Sie Ihrem Kind das Fläschchen nicht zum Dauernuckeln bzw. Einschlafen. Ersetzen Sie so früh wie möglich das Fläschchen durch eine Trinklerntasse, die ebenfalls nicht zum Dauergebrauch bestimmt ist und schon bald durch eine Tasse ersetzt werden kann.

Süße Tees, Obstsäfte sowie andere süße oder saure Getränke schädigen die Milchzähne schnell. Reichen Sie zum Durstlöschchen und vor dem Einschlafen Mineralwasser oder ungesüßte Tees. Bitte verzichten Sie nachts auf die Gabe von Getränken.

## Zuckerfreier Vormittag

Setzen Sie auch zu Hause den zuckerfreien Vormittag um: Dazu gehören der Verzicht auf Süßigkeiten sowie das Anbieten ungesüßter Getränke sowie Obst- und Gemüsezwischenmahlzeiten.



Bereiten Sie für Ihr Kind das Kita-Frühstück vor, gestalten Sie es abwechslungsreich, kauintensiv und zuckerfrei. Geben Sie Ihrem Kind keine Süßigkeiten mit in die Kita, der Kindergeburtstag kann natürlich eine Ausnahme sein.

## Nuckeln

Unterstützen Sie das Abstellen von Lutschgewohnheiten spätestens zum 3. Geburtstag, so können Kinderzähne gerade wachsen.

Mit gesunden Milchzähnen haben Kinder nicht nur gut lachen, sie lernen auch spielend sprechen und haben gleichzeitig die besten Chancen für ein kariesfreies bleibendes Gebiss. Zahnpflege und Vorsorge zahlen sich also auch im späteren Leben aus.

Lassen Sie sich durch Ihre Hauszahnärztin/ Ihren Hauszahnarzt beraten und stellen Sie Ihr Kind zur halbjährlichen Kontrolle vor.

Ihre Fragen beantwortet auch gern der Zahnärztliche Dienst.

