

Arbeitskreis Zahngesundheit

Der Arbeitskreis Zahngesundheit in den Kreisen Siegen-Wittgenstein und Olpe ist ein Zusammenschluss der gesetzlichen Krankenkassen, der niedergelassenen Zahnärzte und der Kreise Siegen-Wittgenstein und Olpe vertreten durch den Jugendzahnärztlichen Dienst des Gesundheitsamtes und das Schulamt.

Wir verfolgen gemeinsam das Ziel, die Zahngesundheit Ihrer Kinder zu fördern.

Unsere Tätigkeiten orientieren sich an den vier Säulen der Zahnprophylaxe:

- ◆ Zahnpflege
- ◆ Ernährung
- ◆ Fluoridierung
- ◆ Zahnarztbesuch

Wenn Sie neugierig geworden sind, besuchen Sie unsere Homepage unter:

www.zahngesundheit-si.de



Arbeitskreis Zahngesundheit Westfalen-Lippe in den Kreisen Siegen-Wittgenstein und Olpe

Spandauer Straße 40, 57072 Siegen
arbeitskreis@zahngesundheit-si.de
0271-33 00 494

Westfälische Straße 75, 57462 Olpe
arbeitskreis@zahngesundheit-oe.de
02761-81 589



... und
Eltern helfen
mit!

Liebe Eltern,

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



Foto: matka_wariatka/fotolia.com

Wir bitten Sie, die Maßnahmen zur Förderung der Mundgesundheit in der Kindertagesstätte zu unterstützen und auch zu Hause umzusetzen.

Vielen Dank!

Zahnpflege

Die Zahnpflege zu Hause beginnt ab dem ersten Zahn. Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes bis zum 2. Geburtstag 1 x täglich abends vor dem Schlafengehen mit einem Hauch fluoridierter Kinderzahnpaste. Ab dem 2. Geburtstag werden die Kinderzähne 2 x täglich mit einer erbsengroßen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpaste morgens nach dem Frühstück und abends vor dem Schlafengehen geputzt. Das Zähneputzen geschieht entsprechend dem Entwicklungsstand der Kinder nach der Zahnputzsystematik Kauflächen, Außenflächen, Innenflächen (KAI).

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



Zuckerfreier Vormittag

Setzen Sie auch zu Hause den zuckerfreien Vormittag um: Dazu gehören der Verzicht auf Süßigkeiten, 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 hierbei 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 kariessfreies bleibendes Gebiss. Zahnpflege und Vorsorge zahlen sich also auch im späteren Leben aus.

Lassen Sie sich durch Ihre Zahnärztin/Ihren Zahnarzt beraten und stellen Sie Ihr Kind zur halbjährlichen Kontrolle vor. Ihre Fragen beantwortet auch gern der Jugendzahnärztliche Dienst des Gesundheitsamtes und die Betreuungszahnärztin/der Betreuungszahnarzt Ihrer Kindertagesstätte.