

Instruktion i tandbørstning til forældre med småbørn 0-5 år.

1. Snak med forældrene om hvordan det går med tandbørstning hjemme.

Spørg ind til: brug af tandpasta, tandbørste og evt. udfordringer med tandbørstningen. Evt. indfarvning med vatpind.

2. Få evt. forældrene til at vise hvordan de børster, så du kan hjælpe dem til at få børstet helt rent.

3. Instruktion i hvordan man har barnet til at ligge/sidde og forældrene til at stå, så de har et bedre overblik, når de skal børste.

4. Lær barnet at acceptere tandbørstning, allerede fra frembruddet af den første tand.

5. Brug fingrene til at skille læberne og holde ud i kinden, så du kan se hvad du laver.

6. Brug en tandbørste med et lille hoved. Evt. en el-børste.

7. Vis grundig tandbørstning på barnet mens det ligger i stolen eller står på gulvet, vigtigt med hovedstøtte. Husk alle flader på tænderne: ud mod kinden, ind mod tungen samt tyggefladen.

8. Ved frembrud af mælkemolarer: børste på tværs.

9. Brug tandpasta med 1450 ppm. Børst 2 gange om dagen, helst morgen og aften. Brug tandpasta svarende til barnets lillefingernegl ved hver tandbørstning.

10. Informer forældrene om gingivitis og sundt tandkød. Farve, blødning og stramt tandkød.

11. Udlever tandbørste med lille hoved samt tandpasta med 1450 ppm.

12. Journalføring