

8 mdrs. samtale med forældre og barn på klinikken:

Spørg om de har deltaget i FIV (forældreiværksætterne)

Hvor mange tænder har barnet: **se i barnet munden**

Har der været problemer ved tandfrembud

- Det er meget individuelt, hvornår barnet får de første tænder. De fleste børn får deres første tand, når de er omkring et halvt år gammel, mens andre får deres første tand, når de er over et år. De første tænder, der bryder igennem, er normalt de to midterste fortænder i undermund.

Hvordan går det med tandbørstningen

Snak om brug af 1450 ppm F tandpasta og mængde.

- Det er vigtigt at børste barnets tænder, så snart de er fremme i munden. Tænderne skal børstes to gange om dagen – lige efter morgenmaden og igen lige før sengetid. Der skal bruges en lille blød tandbørste med tandpasta på. Mængden af tandpasta skal svare ca. til barnets lillefingerne. Vi anbefaler at fluorindholdet i den tandpasta der bruges er 1450 ppm. Det er fluorid i tandpastaen, der beskytter tænderne mod huller. Det er ikke nødvendigt at skylle munden med vand efter tandbørstningen.
- Fluorid er ikke at forveksle med hormonforstyrrende fluorstoffer. Fluorid i tandpasta er uorganisk fluor.

Gode råd og forældre børster på barnet

- Det er nemmest at børste barnets tænder, mens barnet ligger på en seng eller puslepude med hovedet ud mod forælderen. Med den ene hånd føres tandbørsten, mens den anden hånd holder kinder og læbe til side. Gå systematisk til værks og børst en tand ad gangen. Tanden skal børstes på yderside, inderside og tyggeflade.
- Vi anbefaler, at en voksen hjælper med at børste barnets tænder, indtil barnet er
- 10-12 år, alt efter barnets motoriske udvikling.

Snak om kost og drikkevaner

- Mindre børn bør ikke tilbydes slik, kage, kiks, is og sukkerholdige drikkevarer som saftvand, sodavand og juice da disse fødevarer har et højt indhold af sukker.
- Kostens indhold af sukker er nemlig med til at give huller i tænderne. Derudover vil disse fødevarer give barnet mæthedsfølelse, så barnet ikke vil spise almindelige fødevarer som frugt, grøntsager, kød og fisk der indeholder vigtige næringsstoffer.
- Af drikkevarer bør barnet kun tilbydes vand, udmalket modermælk eller modermælkserstatning. Når barnet er over 12 mdr. kan det også tilbydes komælk.

Traume

- Vi anbefaler, at der tegnes en forsikring til barnet, der dækker tandskader. Tandskadedækning er ofte en del af en ulykkesforsikring. Hvis du er i tvivl, så spørg dit forsikringsselskab.
- Er uheldet ude og barnet slår sine tænder, er det først og fremmest vigtigt at trøste barnet. Når barnet igen er faldet til ro, kan tænderne undersøges nærmere. Hvis det har blødt, kan det ofte se værre ud

end det er, og derfor en god idé at vaske munden og tænderne forsigtigt. Er der slået noget af tænderne? Er tænderne løse? Sidder tænderne samme sted som før de blev slået?

- Ved tandskade på mælketænder, er der som ofte ingen behandling. Det er derfor ikke altid nødvendigt at blive tilset hos tandlæge. I er altid velkommen til at kontakte klinikken i vores åbningstid for nærmere vejledning.

Har forældre nogle spørgsmål

Oplysninger på journal er det de rigtige tlf. numre der står.

Booktandplejen

Hvornår skal vi se barnet igen

Udlevere 8 mdrs. Brev / 1. besøg pjece til forældre med kontakt oplysninger til klinikken.