

Trinkflaschen mit Saugventilen - praktisch aber ...

Es gibt sie in vielen bunten Farben, oft mit dem Lieblingsmotiven von Kindern. Sie laufen nicht gleich aus und Kinder trinken gerne daraus. Doch es gibt viele gute Argumente, Kinder ausschließlich aus Bechern, Gläsern oder Tassen trinken zu lassen:

Aus diesen Trinkflaschen wird nicht im eigentlichen Sinne getrunken, sondern **genuckelt** oder **gesaugt**. Dabei finden im Mund ganz andere Bewegungsabläufe statt als beim Trinken aus Bechern oder Gläsern.

Durch den verlängerten und häufigeren Flüssigkeitskontakt können Kinder - besonders bei zuckerhaltigen Getränken - an einer **aggressiven Karies** erkranken. Zudem behindert das dauernde Nuckeln bzw. Saugen, dass sich das richtige Schluckmuster, die korrekte Zungenruhelage und eine gute Lippenmuskulatur entwickeln. Dies kann zu **Sprechproblemen** und häufigem **Verschlucken** beim Essen und Trinken führen. Die damit verbundene offene Mundhaltung führt dazu, dass Kinder **infektanfälliger** werden.

Trinkflaschen mit Saugventilen sind auch **hygienisch bedenklich**, da die Getränke meist über viele Stunden darin verbleiben. Durch das immer wiederkehrende Nuckeln können sich - gerade an warmen Tagen - **Keime** leicht in der Flasche und im Saugventil vermehren. Vom Kauen werden die Saugventile mit der Zeit rissig und porös. Dort können sich Keime dann besonders gut einnisten.

Für unterwegs eignen sich kleine Mineralwasserflaschen mit **Drehverschluss**. Alternativ gibt es auch nachfüllbare Trinkflaschen **ohne Ventil**. Auch sie gibt es in vielen kindgerechten Farben und Motiven.

Übrigens

Geben Sie Ihrem Kind am besten **Leitungswasser, Mineralwasser und ungesüßte Tees**. Das sind **ideale Durstlöscher**, die Ihr Kind auch zwischendurch immer trinken kann.

Milch und Fruchtsäfte sind **Nahrungsmittel**, die satt machen und Zucker enthalten. Sie gehören nicht zu den Getränken und sind keine Durstlöscher.

