

# Zähneputzen mit U3-Kindern in der Kita



Liebe Eltern,

Ihr Kita-Team unterstützt mit dem gemeinsamen Zähneputzen in der Kita, dass Ihr Kind das Zähneputzen lernt und täglich als **Ritual** erlebt.

Sobald Kinder **unter 2 Jahre** sicher am Waschbecken stehen können, putzen sie die Zähne zunächst nur mit einer **angefeuchteten** Zahnbürste.

Bei Kindern **ab 2 Jahre** kann in der Kita **1x** am Tag mit einer **fluoridhaltigen** Zahnpasta (1000 ppm) in **Erbsegröße** geputzt werden.

Es kommt vor, dass aus organisatorischen Gründen erst Dreijährige mit Zahnpasta putzen sollen. Dann putzt Ihr U3-Kind weiter mit der angefeuchteten Zahnbürste. Hauptsache es bekommt sehr oft die Möglichkeit, sich an das Zähneputzen zu gewöhnen und es zu üben.

**Ab dem 2. Geburtstag** können die Zähne **zu Hause 2 x** am Tag mit **fluoridhaltiger** Zahnpasta (1000 ppm) geputzt werden. Verwenden auch Sie eine **erbsengroße** Portion.

Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes am besten **morgens** und **abends**. So haben die Milchzähne Ihres Kindes eine gute Chance, gesund zu bleiben.



**Fluorid schützt die Zähne vor Karies.** Fluorid muss bei U3-Kindern wegen des geringen Körpergewichtes umsichtig benutzt werden. Da U3-Kinder die Zahnpasta noch nicht gut ausspucken können, nehmen sie beim Zähneputzen mehr Fluorid auf als ältere Kinder. Neben dem Fluorid aus der Kinderzahnpasta können fluoridiertes Speisesalz, Vitamin-D-Tabletten mit Fluorid und fluoridreiches Mineralwasser weitere Fluoridquellen sein.

Fragen Sie bitte Ihren Zahnarzt, wenn Sie unsicher sind, ob Ihr Kind zu viel Fluorid bekommt.

Weiter Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage.