

## Tandbørstning på mælkekindtænder

Selvom dit barn ikke vil have børstet sine tænder, så er det vigtigt, at det bliver gjort alligevel. Husk, at det er dig, der har ansvaret for at gennemføre tandbørstningen, så dit barn bevarer sine tænder sunde og undgår at få huller i tænderne.

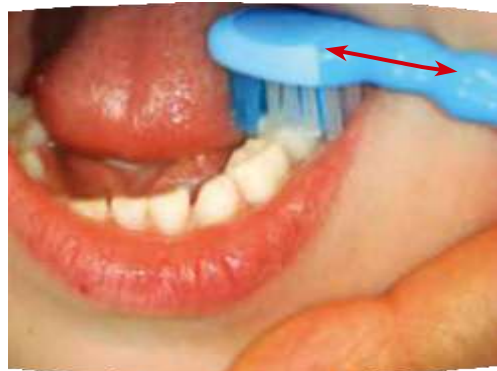
Gør tandbørstning til en hyggelig leg, og undgå at bruge tvang.

Det er vigtigt at have overblik over dit barns mund, når du børster dets tænder. Det er bedst, at du sidder eller står bagved barnet, og at I har et spejl foran jer, så I begge to kan følge tandbørstningen. I finder hurtigt selv ud af, hvad der passer jer bedst.

Bakteriebelægninger på tænderne sidder ofte godt fast. Derfor må du gerne børste lidt hårdt, men ikke voldsomt.

Brug altid fluortandpasta.

Det er vigtigt, du husker at børste de udsatte og mest utilgængelige steder grundigt. Når dit barn er 3 år, er det især mellemrummet mellem de 2 bagerste kindtænder, du skal børste grundigt. Børst på tværs som vist på billedet.



Vær speciel opmærksom på mellemrummene på de bageste kindtænder og fjern eventuelle madrester efter måltider, så det ikke skal sidde for langt tid og genere tandkødet. For hvis madresterne ikke fjernes dagligt vil der nemmere komme huller i mellemrummene.

