

• Peqqik

- [Hop til indhold](#)
- [Hop til sogning og navigation](#)
- [Hop til footer](#)

peqqik.gl
DIN SUNDHED PÅ NETTET

vælg et emne

[DanskKalaallisut](#)

Søg

[Kontakt](#)

... eller vælg et emne

[danskkalaallisut](#)

Kommune valg

[Qaasuitsup Kommunia](#)

[Qeqqata Kommunia](#)

[Kommuneqarfik Sermersooq](#)

[Kommune Kujalleq](#)

[Børn](#)

- [Tandpleje](#)
- [Kost til børn](#)
- [Vaccinationer](#)

[Gravid](#)

- [Graviditet](#)
- [Fødsel](#)
- [MANU](#)

[Livsstil](#)

- [Alkohol](#)
- [Kost](#)
- [Motion](#)
- [Rygning](#)
- [Se alle](#)

[Medicin](#)

- [Håndkøbsmedicin](#)
- [Information & Rådgivning](#)
- [Apoteket og åbningstider](#)
- [Skibskister og medicinkister](#)
- [Se alle](#)

[Jeg har problemer med](#)

- [Rusmidler - behandlingstilbud](#)
- [Alkohol](#)
- [Rusmidler og spil - guide til virksomheder](#)
- [Hash](#)
- [Se alle](#)

[Sundhedstilbud](#)

- [Sygdomsleksikon](#)
- [Kroniker](#)
- [Attester](#)
- [Genoptræning](#)
- [Se alle](#)

[Tandsundhed](#)

- [Gode råd](#)
- [Grønlands Tandplejens strategi](#)
- [Tandbørstedag](#)

[Patientinformation](#)

- [Patientvejleder](#)
- [Indlæggelse](#)
- [Sygehjælp ved rejse](#)
- [Patientforeninger](#)
- [Se alle](#)

[Puljer](#)

- [Selvmordsforebyggelse](#)
- [Inuuneritta](#)
- [Sundhedspuljen](#)
- [Uge 18](#)

[Kampagner](#)

- [Vælg sporten - sig nej til hash](#)
- [Snak om det](#)
- [Omfavn ungdommen](#)
- [Grib muligheden](#)
- [Se alle](#)

[Test dig selv](#)

- [Om alkohol](#)
- [Om hash](#)
- [Om spil](#)

[Konkurrencer](#)

- [Røgfri Klasse 2018](#)
- [Aktiv - Konkurrence](#)

[Arrangementer](#)

Tandbørstning på skolebørn

FAKTA

Det er vigtigt, at du lærer dit barn at tandbørstning skal gøres grundigt og at tandbørstningen altid starter og slutter samme sted hver gang. Indtil børn er omkring 10 år, skal de have hjælp til at børste tænder.

HVAD KAN JEG SELV GØRE

Følg anvisningen billede for billede:

[Tandbørstning på skolebørn](#)

PÅRØRENDE

Opfordre bedsteforældre til at børste på samme måde, når barnet bliver passet, og hjælpe barnet indtil det er omkring 10 år.

KONTAKTINFORMATION

Se mere under [kontaktinformation](#)

[Send til ven](#)[Generer pdf](#)[Embed](#)

NYHED 18. maj 2019

Nyt fra sundhedsforskningen

Ingen tegn på at kviksølv øger risikoen for hjertekarsygdomme i den Grønlandske befolkning. Læs kvartalets tal fra Grønlandsmedicinsk selskab her.



NYHED 16. maj 2019

Inuuneritta Puljen støtter 23 sunde projekter

Naalakkersuisoq for Sundhed, Martha Abelsen, har netop uddelt 416.000 kr. fra Inuuneritta Puljen. I år støtter puljen 23 projekter, der arbejder for at gøre Grønland sundere.



Om peqqik.gl



Materialebestilling



Job & Uddannelse



Fagpersoner



Info in English



Nyheder



Videreuddannelse



Publikationer

Denne side bruger cookies for at gemme nogle informationer på din computer. Acceptér eller [læs mere her](#).