

## Baby/Kleinkinder (Milchzahngewiss)

## Schulkinder (Wechselgebiss)

# Zahnpflegetipps bei Kindern und Jugendlichen

- Zähneputzen ab dem 1. Zahn
- mit einer fluoridhaltigen Kinderzahnpaste
- gesunde Zwischenmahlzeiten z.B. Gemüse, Milch- und Vollkornprodukte
- UNGESÜSSTE Getränke, am besten Wasser
- jährliche Zahnarztkontrolle

- ab dem 6. Lebensjahr umstellen auf eine Erwachsenen- bzw. Juniorzahnpaste mit Fluorid
- einmal TÄGLICH mit einer fluoridhaltigen Zahnpüllösung spülen oder einmal WÖCHENTLICH einen Fluoridgelée einbürsten
- im Haushalt Kochsalz mit Fluorid verwenden
- keine zuckerhaltigen Snacks/Süßgetränke/Energydrinks
- jährliche Zahnarztkontrolle, falls notwendig  
Langzeitschutz: einmalige Versiegelung der Backenzähne

*Ohne Zucker keine Karies*

*Ohne Zucker keine Karies*



# salmenpraxis

Praxis Dr. med. dent. St. Jeker  
Rampenweg 2 · 4242 Laufen  
Telefon: 061 761 61 61  
mail@salmenpraxis.ch  
www.zahnaerztelaufen.ch



## Jugendliche (bleibendes Gebiss)

- mind. zweimal täglich mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta reinigen
- ab dem 13. Lebensjahr zusätzlich die Zwischenräume mit Zahnseide und die Zunge reinigen
- einmal täglich mit fluoridhaltiger Mundspülung oder einmal wöchentlich einen Fluoridgelée einbürsten
- jährliche Zahnarztkontrolle mit Fluoridierung
- ab dem 15. Lebensjahr zusätzlich Röntgenbilder zur Karieskontrolle
- Ernährungstipps wie bei «Schulkinder»  
-> zucker- und säurearme Ernährung
- für Schleckmäuler:  
zahnschonende Produkte vorziehen



## Die zahnärztliche Kontrolle in unserer Praxis beinhaltet:

Individuelle Beurteilung:

- Karieskontrolle
- Kontrolle des Zahnfleisches
- Abklärungen bei Zahnstellungen
- Versiegelung

Vereinbaren Sie einen Termin in unserer Praxis und lassen Sie sich unverbindlich informieren.