

TIPS TILL DIG SOM HAR BARN

Att börja med rätt tandvård för ditt barn är en investering för livet. En tidig medvetenhet om vikten av att sköta om sina tänder samt rätt val av tandläkare skapar en trygg grund för ditt barns tandhälsa.

- Borsta barnets tänder morgon och kväll. Gör borstningen lite extra rolig genom t ex lekar och ramsor.
- För att slippa hål i tänderna räcker det inte att hålla rent. Det är viktigt att barnet får bra kostvanor, d v s inte småäter. Emaljen klarar inte att man äter/stoppar något i munnen mer än fem gånger per dag. Det är nödvändigt att tänderna får vila mellan kostintagen. Sådan föda som stannar kvar extra länge i munnen t ex kex, som fastnar i kindtänderna är extra farligt.
- Låt barnet dricka vatten eller mjölk. Att ge barn saft eller nyponsoppa i nappflaska ger barnet en ovanligt lång 'syraattack' på tänderna och har givit många barn problem. Vid festliga tillfällen då ni dricker söta drycker, låt dem dricka detta i mugg istället.
- Välling är bra kost, men låt inte barnet somna med välling i sängen till natten. Om det inte fungerar på något annat sätt, så försök avsluta med vatten ur nappflaska.
- Låt barnet få en rejäl godispåse på lördagarna. Man når ingen vart med att förbjuda det - då blir barnet oftast hysteriskt förtjust i godis när det väl får tag i det på egen hand. Har man en bestämd godisdag så slipper man allt tjat. Låt gärna barnet ha en låda att spara godis i som det får under veckan av 'snälla' bekanta.

Valfri och kostnadsfri tandvård

Visste du att du har full valfrihet att välja till vilken tandläkare du vill att ditt barn ska gå. Oavsett vilken tandläkare du och ditt barn väljer så är tandvården helt kostnadsfri till och med det år barnet fyller 21 år. (Det finns dock viss estetisk tandvård som inte är kostnadsfri.)

Ge ditt barn förmånen att ha en regelbunden tandläkarkontakt. Då följs barnets tandutveckling upp under hela uppväxten.

Känns valet av tandläkare inte riktigt bra är det alltid fritt fram att byta. Om du undrar hur man gör för att byta tandläkare åt ditt barn, prata med din tandläkare eller ring Privattandvårdsupplysningen på tel. 020-662 800 eller gå in på www.ptl.se.