

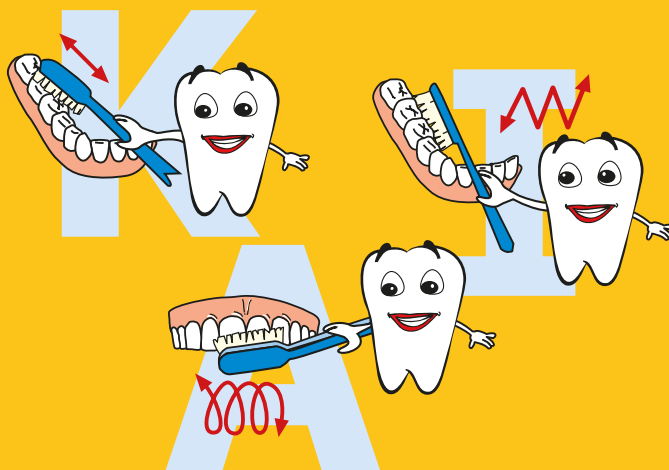
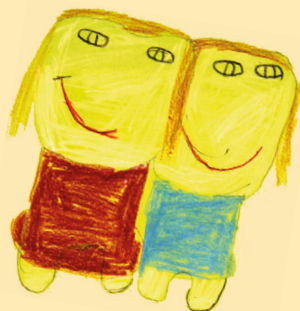
# Liebe Eltern,

Ihr Kind besucht eine „Kita mit Biss“, in der Erzieherinnen und Erzieher sowie das Küchenteam dafür sorgen, dass Ihr Kind in einem mundgesundheitsförderlichen Umfeld aufwachsen kann.

Wir, die LAJ Mecklenburg-Vorpommern e. V., haben die Bitte, dass Sie die Maßnahmen zur Förderung der Kindermundgesundheit in der Kita unterstützen und auch zu Hause umsetzen.

Vielen Dank!

Ihre Landesarbeitsgemeinschaft für Jugendzahnpflege MV e.V.



Weitere Informationen  
[www.zaekmv.de](http://www.zaekmv.de)



... und  
Eltern helfen  
mit!

In Mecklenburg-Vorpommern haben sich Zahnärzte, Krankenkassen, Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit, Städte- und Gemeindetag und Landkreistag zu dem Verein Landesarbeitsgemeinschaft zur Förderung der Jugendzahnpflege MV e. V. (LAJ) zusammengeschlossen. Er wird finanziert durch Zuwendungen der Krankenkassen, der Zahnärzte sowie durch Spenden und fördert die Gruppenprophylaxe bei allen Kindern und Jugendlichen im Land bis zum Alter von 16 Jahren.

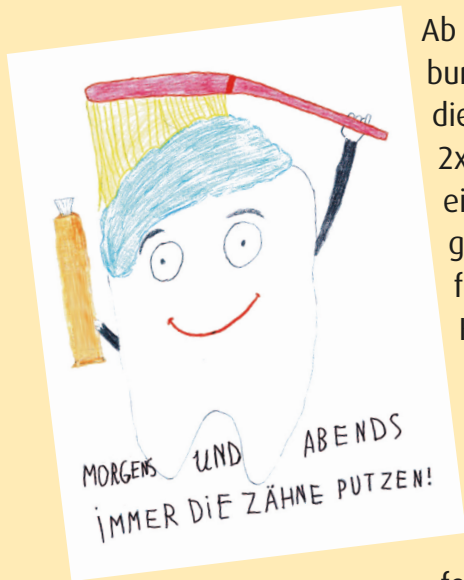
Zeichnungen aus Malwettbewerben zum Zahnpflegekalender der LAJ MV

Landesarbeitsgemeinschaft zur Förderung der  
Jugendzahnpflege Mecklenburg-Vorpommern e. V.

© Nachdruck mit freundlicher Genehmigung des Büros der zahnärztlichen  
Gruppenprophylaxe im Land Brandenburg

## Zahnpflege

Die Zahnpflege zu Hause beginnt ab dem ersten Zahn. Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes bis zum 2. Geburtstag 1x täglich abends vor dem Schlafengehen mit einem Hauch fluoridierter Kinderzahnpaste.



Ab dem 2. Geburtstag werden die Kinderzähne 2x täglich mit einer erbsengroßen Menge fluoridierter Kinderzahnpaste morgens nach dem Frühstück und abends vor dem Schlafengehen ge-

putzt; entsprechend dem Entwicklungsstand der Kinder nach der Zahnputzsystematik Kauflächen, Außenflächen, Innenflächen (KAI).

Bitte unterstützen Sie das Zähneputzen und putzen die Zähne Ihres Kindes solange nach, bis es flüssig die Schreibschrift beherrscht.

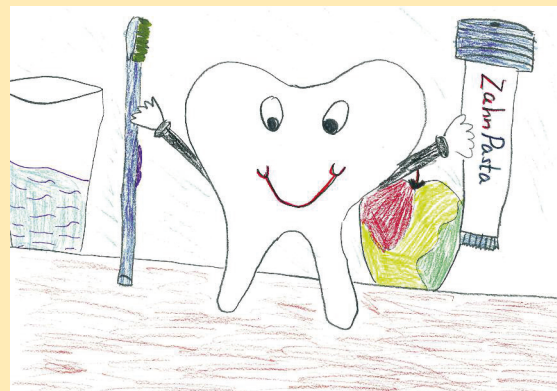
## Fläschchen und Trinklerugetäße

Überlassen Sie Ihrem Kind das Fläschchen nicht zum Dauernuckeln bzw. Einschlafen. Ersetzen Sie so früh wie möglich das Fläschchen durch eine Trinklerntasse, die ebenfalls nicht zum Dauergebrauch bestimmt ist und schon bald durch eine Tasse ersetzt werden kann.

Süße Tees, Obstsafts sowie andere süße oder saure Getränke schädigen die Milchzähne schnell. Reichen Sie zum Durstlöschen und vor dem Einschlafen Mineralwasser oder ungesüßte Tees. Bitte verzichten Sie nachts auf die Gabe von Getränken.

## Zuckerfreier Vormittag

Setzen Sie auch zu Hause den zuckerfreien Vormittag um: Dazu gehören der Verzicht auf Süßigkeiten sowie das Anbieten ungesüßter Getränke sowie Obst- und Gemüsezwischenmahlzeiten.



Bereiten Sie für Ihr Kind das Kita-Frühstück vor, gestalten Sie es abwechslungsreich, kauintensiv und zuckerfrei. Geben Sie Ihrem Kind keine Süßigkeiten mit in die Kita, der Kindergeburtstag kann natürlich eine Ausnahme sein.

## Nuckelu

Unterstützen Sie das Abstellen von Lutschgewohnheiten spätestens zum 3. Geburtstag, so können Kinderzähne gerade wachsen.

Mit gesunden Milchzähnen haben Kinder nicht nur gut lachen, sie lernen auch spielend sprechen und haben gleichzeitig die besten Chancen für ein kariesfreies bleibendes Gebiss. Zahnpflege und Vorsorge zahlen sich also auch im späteren Leben aus.

Lassen Sie sich durch Ihre Hauszahnärztin/Ihren Hauszahnarzt beraten und stellen Sie Ihr Kind zur halbjährlichen Kontrolle vor. Ihre Fragen beantwortet auch gern der Zahnärztliche Dienst.