



Blitzblanke Zahnteufelchen und Ritterzähne



10 TIPPS FÜRS ZÄHNEPUTZEN BEI BABYS UND KLEINKINDERN

Kinder haben erst ab einem gewissen Alter die motorischen Fähigkeiten dafür, ihre Zähne so gründlich wie Erwachsene zu putzen. Deshalb sollten Eltern bis zum Kindesalter von ca. acht Jahren immer nachputzen! Außerdem ist es ganz normal, dass der Nachwuchs manchmal keine Lust auf Zahnpflege hat. Doch mit Geduld und spielerisch klappt das Zähneputzen auch mit den Kleinsten.

- 3 Zähne personalisieren**
Kaum ein Kind möchte, dass Zahnteufelchen, Prinzessinnen- oder Ritterzähne traurig sind, weil sie schmutzig bleiben ...
- 4 Singen oder summen**
... hilft auch beim Zähneputzen, denn es führt in eine leichte Trance, die entspannt. Dabei ist die Melodie entscheidender als der Inhalt.
- 5 Zu zweit putzen**
... ist bei Babys die erste Wahl. Wenn das möglich ist, kann ein Erwachsener Halt geben und der andere die Lippe anheben und unter Sicht putzen.
- 6 Gutes Putzen loben**
Positive Verstärkung ist auch bei diesem Thema wichtig. Im Kindergartenalter ist ein Putzkalender sinnvoll.

- 1 Im Liegen putzen**
Lassen Sie Ihr Kind beim Zähneputzen sitzen, oder noch besser liegen (wenn die Eltern putzen). Kein Kind kann zwei Minuten lang still stehen. Und Sie sehen, wo Sie putzen.
- 2 Pausen einlegen**
Nutzen Sie Zahlenspiele, z. B.: Du bist drei Jahre alt, dann kannst du den Mund bestimmt schon auflassen bis ich bis drei gezählt habe. Wiederholen Sie das einige Male. Ihr Kind kann zwischendurch ausruhen. Die Aufmerksamkeit verlängert sich.

- 7 Rituale kreieren**
Schaffen Sie Ihr eigenes Zähneputzen-Gute-Nacht-Ritual. Das gibt Sicherheit für Sie und Ihr Kind.
- 8 Bitte keine Drohungen**
Besser sind Sätze wie: „Wenn die Zähne schmutzig sind, verkleben ihre Augen. Hilf Ihnen, damit deine Freunde wieder sehen können.“

- 9 Putzen Sie, liebe Eltern, zuerst**
Wenn Ihr Kind zuerst putzt, hakt sein Gehirn diese Aufgabe als erledigt ab. Und warum sollte Mama dann nochmal nachputzen? Lassen Sie den „schwierigsten“ Zahn zum Putzen für Ihr Kind übrig, denn es ist ja schon sooo groß!
- 10 Hat Ihr Kind seine eigene Zahnbürste**
... ist dies für alle hygienischer, und die Borsten der Nachputzzahnbürste biegen sich nicht ständig nach außen!



DIE OLDENBURGER ZÄHNWICHEL
Oldenburg-Osternburg
Dragonerstr. 1
Tel.: 0441 / 25225
Fax: 0441 / 17007
info@praxis-osternburg.de

