

Bis zu welchem Alter sollen Eltern Kinderzähne nachputzen?

MALTE

6 Jahre

Juliane

7 Jahre

Emily

8 Jahre

Eltern sollten ihren Kindern bis weit ins Schulalter hinein die Zähne nachputzen. Erst wenn ein Kind flüssig Schreibschrift schreiben kann, ist es feinmotorisch weit genug entwickelt, um auch selbstständig seine Zähne putzen zu können.

Wichtig sind die Putztechnik und die Regelmäßigkeit des Putzens: idealerweise nach jeder Mahlzeit. Wer zwei- bis dreimal am Tag putzt, liegt schon ganz gut. Die richtige Putztechnik sollte von Anfang an geübt werden:

K für die Kauflächen: Die Zahnbürste wischt wie ein Schrubber hin und her (auch vom Eckzahn der Gegenseite aus schräg putzen)

A für die Außenflächen: Die Außenflächen werden von rot nach weiß (vom Zahnfleisch zur Zahnkrone) ausgewischt

I für die Innenflächen: Zahn für Zahn werden alle Innenflächen von rot nach weiß ausgewischt

Sobald die Zahnzwischenräume geschlossen sind, ist es nur durch Zahnseidennutzung möglich, diese zu reinigen.