

Liebe Eltern,

seit mehr als 10 Jahren betreue ich als Patenzahnarzt die Kindertagesstätte der Stadt Herdorf.

Besonders das tägliche Putzen nach dem Mittagessen war ein fester Bestandteil des Tagesablaufs. Ziel dieser Maßnahme war nicht nur die Sauberkeit der Zähne sondern auch das gemeinsame Lernen in der Gruppe und die Eingewöhnung und Ritualisierung der Zahnpflege.

Doch Corona bringt vieles durcheinander.

Die Zahngesundheit hat für das Kita-Team nach wie vor einen sehr hohen Stellenwert und wird auch weiterhin thematisiert und spielerisch eingebunden. Das gemeinsame Putzen jedoch wurde nach eingehenden Überlegungen seitens der Kita für die Zeit der Pandemie ausgesetzt.

Es gilt nun die entstehende Lücke zu schließen, und deshalb wende ich mich an Sie.

Mit der Einhaltung von einigen einfachen Regeln können Sie für gesunde Kinderzähne sorgen:

- abends vor dem Schlafengehen zusätzlich zu dem eigenständigen Putzen der Kinder die Zähne nochmals von allen Seiten nachputzen
- morgens nach dem Frühstück Zähne putzen (wenn möglich auch nachputzen)
- nach Möglichkeit sollte der Vormittag in der Kita und zu Hause zuckerfrei sein
- wenn möglich nach dem Mittagessen Zähne putzen
- Süßes nicht verbieten, sondern Süßem einen festen Platz am Tag geben, möglichst nur einmal naschen und danach die Zähne putzen
- wenig Süßes, als Maß kann die Menge dienen, die locker in die Hand Ihres Kindes passt
- halbjährlich zur zahnärztlichen Kontrolle gehen.

Unter dem hier aufgeführten Link können Sie noch weitere, hilfreiche Informationen erhalten.

[https://www.zahnhygiene.de/wp-content/uploads/2019/02/vfz\\_broschuere\\_eltern\\_putzen\\_kinderzaehne\\_sauber.pdf](https://www.zahnhygiene.de/wp-content/uploads/2019/02/vfz_broschuere_eltern_putzen_kinderzaehne_sauber.pdf)

Und nun noch ein kleiner Tipp: Lassen Sie Ihr Kind einfach zuschauen, während Sie ihre eigenen Zähne in einer kindgerechten Technik putzen und fordern Sie ihr Kind zum Mitmachen auf. Das Mit- und Nachmachen ist ein ganz wesentlicher Teil des Zähneputzens in der Kita.

Ein tolles Video für ein kindgerechtes Vorgehen habe ich auf YouTube entdeckt. Sie finden dieses Video unter folgendem Link:

<https://www.youtube.com/user/Zahnputzzauberde>

Ich wünsche Ihnen viel Spaß und Erfolgserlebnisse dabei, wenn Sie Ihren Kindern das richtige Zähneputzen zeigen.

Viele Grüße und bleiben Sie bitte alle gesund

Michael Düber

Patenzahnarzt