

Tandbørstning

Tandbørstning

Der går ikke hul i en ren tand

Start tandbørstningen når den første tand kommer frem.
Børn skal have hjælp til tandbørstning indtil de er ca. 10 år.

Det er vigtigt at børste der, hvor der ikke er naturligt slid på tanden:

- langs tandkødkanten:



- ind i mellemrummene mellem tænderne

- på tyggefladen af kindtænderne:



6 års tænderne - de første blivende tænder

Når man bliver seks år, får man de første blivende tænder, 6-års tænderne. Nogle får dem lidt tidligere – andre lidt senere.

6-års tænderne vokser frem bag mælkekindtænderne og kan være svære at få øje på.



En 6-års tand er på vej frem

Ofte opdager man slet ikke, at de nye tænder er på vej, fordi de ikke skubber nogen mælketænder ud. Man taber altså ikke nogen mælketænder, der hvor 6-års tænderne kommer.



En 6-års tand er på vej frem

Rengøring

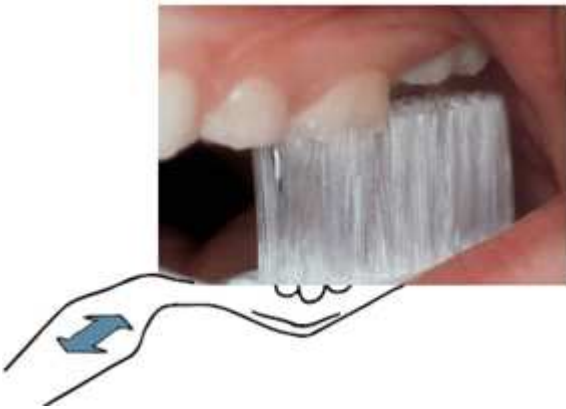
De nye 6-års tænder skal holdes rene helt fra starten, så der ikke kommer huller i dem. De skal nemlig holde livet ud. Efter at tænderne er brudt igennem, vil der ligge en tandkødslap hen over hver enkelt tand. Under hudlappen vil der gemme sig bakterier. Får man ikke børstet dem væk, er der risiko for at få hul i de nye tænder, endnu inden de er helt fremme.



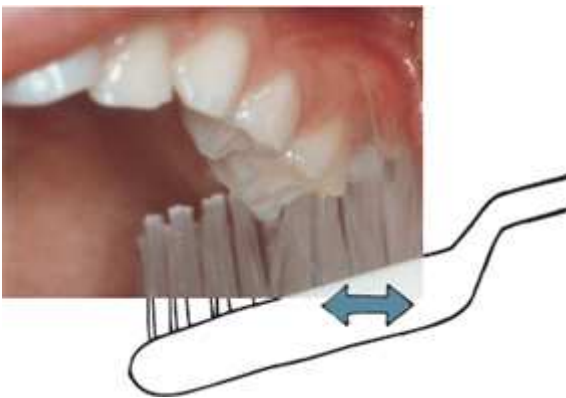
Det kan være svært at holde rent, når tanden er delvist skjult af en tandkødslap

Der går ofte lang tid, fra 6-års tænderne bryder igennem tandkødet, til de er helt fremme og i niveau med de andre tænder. I den periode er tænderne kortere end de andre kindtænder. Der er derfor brug for en særlig teknik, så tænderne bliver børstet helt rene.

Børster du kun lige frem og tilbage, vil børstehårene ikke nå de nye tænder.



Du skal i stedet børste på tværs af tandrækken, bag mælkekindtænderne. På den måde rammer du 6-års tænderne.



Gode råd

Nogle børn har svært ved at holde tungen nede i munden, når de får børstet tænder. Tal med dit barn

om, at I i fællesskab har ansvaret for, at de nye, blivende tænder bliver holdt rene og uden huller, og at det derfor er vigtigt, at barnet lærer at holde tungen væk, når du børster.

Da en 6-års tand er en blivende tand, og da den er meget knudret på tyggefladen, kan den være svær at holde ren. Derfor kan tandlægen tilbyde at forsegle tanden, når den er brudt igennem. Forseglings betyder, at tandens tyggeflade bliver belagt med et klart lag plast, således at ujævnhederne udfyldes, og fladen er nemmere at holde ren. Det mindsker risikoen for, at der kommer hul i tanden.

Børn kan ikke selv børste deres 6-års tænder rene. Det skal en voksen gøre. I det hele taget er børn ikke i stand til selv at børste deres tænder rene, før de er 10-12 år. Mindst én gang om dagen skal en voksen børste eller børste efter.

Misfarvede 6-års tænder

Nogle nye 6-års tænder er af ukendte årsager gulligbrunligt misfarvede med eventuelle defekter i overfladen. Det skyldes en fejl i dannelsen af tænderne. Nogle børn har kun en enkelt misfarvet 6-års tand, mens det hos andre gælder for flere eller måske alle 6-års tænderne. Misfarvningen kan være i forskellig grad.

De misfarvede tænder kan være meget temperaturfølsomme – det gør ondt at børste tænder og fx spise is. Og hvis der opstår huller (caries) i en misfarvet tand, kan hullerne på grund af for lidt mineralindhold i tanden udvikle sig meget hurtigt.

Hvis du ser misfarvninger på dit barns 6-års tænder, skal du derfor henvende dig hos tandlægen, der kan forsegle tyggefladerne eller lægge plast i defekterne. Dermed fjernes følsomheden i de pågældende tænder, og caries forebygges.



En misfarvet 6-års tand

Kilde: Tandlægeforeningens patientinformation.

Syreskader

Tænder kan blive ødelagt af andet end huller. Tandemaljen kan ætzes væk af syre. Syren findes bl.a. i syreholdige drikke, som f.eks. sodavand, saft og juice - og det gælder også lightprodukter og mineralvand.

Når tandemaljen forsvinder bliver tænderne følsomme og emaljen kan ikke gendannes.

Derfor:

Begræns forbruget af syreholdige drikke. Drik hellere vand.

Her ses nogle tænder, hvor emaljen er ætset næsten helt væk:

