



KROKOS

ELTERNBRIEF

Milí rodiče!

Při poslední návštěvě Krokouše a dentální hygienistky byla věnována zvláštní pozornost "stravě pro zdravé zuby".

Sladkosti v jakékoli podobě a sladké nápoje jsou obvykle u dětí velmi oblíbené. Pro rodiče je často velkou výzvou najít správný způsob, jak najít správný způsob přístupu ke sladkostem. Důležité informace k tomuto tématu:

- ✓ Ústní bakterie přeměňují cukr na kyselinu, která napadá sklovinu zubů a může vést k zubnímu kazu.
- ✓ Především je třeba vyvarovat se častého mlsání a neustálého pití slazených nápojů!
- ✓ Pokud se mlsá, pak nejlépe po obědě.
- ✓ Navykněte své dítěti pít neslazené nápoje, jako je voda nebo neslazený ovocný/ bylinný čaj.
- ✓ Nabízejte svému dítěti také potraviny (například křupavé ovoce a syrovou zeleninu), které musí dobře žvýkat. Protože žvýkání zvyšuje slinění a sliny mají ochrannou funkci pro zuby.
- ✓ V každém případě nezapomínat na důkladné čištění zubů!

Kromě toho je také důležité, aby se po večerním čištění zubů už nic nejedlo, pouze vypilo víc vody.

Srdečně Vám děkujeme, že podporujete své dítě při každodenním čištění zubů!

Vaše dentální hygienistka

2. Elternbrief

www.apollonia2020.at

