

WAHLBAUSTEIN



TRINKEN

das Trinken aus Bechern wird gefördert, es wird weitgehend auf Nuckelflaschen und Trinkhilfen verzichtet



Am häufigsten entsteht die frühkindliche Karies durch falsche Trinkgewohnheiten. Mit Beginn der Beikost und sobald ein Kind sitzen kann, sollte mit dem Trinken aus dem Becher begonnen werden.

WICHTIGE EMPFEHLUNGEN:



Bieten Sie den Kindern nur ungesüßte Getränke aus Bechern ohne Aufsatz an. Für unterwegs, oder während der Spielzeit im Freien sind Flaschen mit einem Drehverschluss ganz praktisch.



Dauernuckeln von süßen Getränken aus dem Fläschchen sowie aus Trinklern- oder Schnabeltassen oder mit festem Röhrchen zerstört den Zahnschmelz und kann zu einer Nuckelflaschenkaries führen.



Zudem wird das Trinken aus Babyflasche und diversen Trinklernhilfen häufig als Ursache für ein falsches Schluckverhalten, einer Zungenfehlslage sowie Kiefer- und Zahnfehlstellungen verantwortlich gemacht.

Warum das Trinken aus einem Becher wichtig ist? -----



Das Trinken von zuckerhaltigen Getränken aus dem offenen Becher verkürzt den Trinkvorgang, Karies wird weitgehend vermieden, führt zudem zu einem korrekten Schluckmuster und die Zunge lernt bei geschlossenem Mund in der sogenannten „Zungenruhelage“ zu ruhen. Nebenbei wird durch dieses Training der Mundmotorik und Kiefermuskulatur das Sprechen lernen gefördert.