



Caries - huller i tænderne

Når bakterier får lov til at sidde på tænderne i længere tid uden at blive børstet væk, formerer de sig hurtigt, og bakterielaget bliver tykkere og tykkere. På tanden ses bakterierne som et gulligt lag, dette kaldes plak. Plakken kan med tungen mærkes som et ru lag på tanden.

Huller i tænderne udvikler sig, når der er plak på tænderne, og man spiser eller drikker noget, der indeholder sukker. Bakterierne omdanner sukkeret til syre. Denne syre opløser og ødelægger det ellers hårde tandvæv.

De første tegn på, at et hul er ved at udvikle sig er, at der ses hvide mærker på tanden, der hvor plakken har siddet. Disse mærker kan ikke børstes væk igen, og tanden har fået et lille hul. På dette stadie kan man behandle hullet med grundig tandbørstning, og på klinikken kan vi give tanden noget fluorlak.

Hvis plakken stadig ikke børstes væk, fortsætter bakteriernes syreangreb igennem emaljen og videre ind i dentinen. Når opløsningen er nået så langt, har man fået et "hul".

Huller kan komme overalt på tænderne. Eksempler på særlig udsatte steder er:

- mellemrummene
- tyggeflader
- området langs tandkødet
- tænder i frembrud (bakterierne kan nemt sidde i fred på en tand, der endnu ikke bruges til at tygge med)





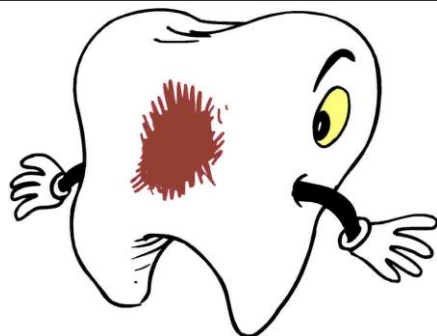
Caries - fortsat

Furesø kommunale Tandpleje anbefaler, at der børstes med voksen fluortandpasta med 1450 ppm fluorid, da fluor er med til at holde tænderne stærke. For at få mest mulig ud af fluortandpastaen anbefaler vi, at barnet ikke skyller munden med vand efter tandbørstning.

Det er vigtigt at bevare mælketænderne sunde. De har en vigtig funktion, nemlig at ”holde” pladsen til de nye blivende tænder. De dårlige mælketænder kan også skade dit barns evne til at tale og tygge maden. Desuden kan dårlige mælketænder give tandpine og tandbylder.

Fornuftige huskeregler for at undgå huller:

1. Væn ikke dit barn til sukker eller sød mad
2. Væn ikke dit barn til saftevand, iste, juice, kakao eller andre søde drikke – Vand er det bedste mod tørst!
3. Søde og klæbrige ting, som sidder længe på tænderne er værst (f.eks. kiks, lakrids, vingummi) men også tørret frugt f.eks. rosiner
4. Tænk over hvad du tilbyder dit barn til mellemmåltiderne
5. Børst grundigt tænder morgen og aften, og brug evt. tandtråd



Pas på mig