

## Badania stomatologiczne mojego dziecka:

Wiek dziecka	Badanie stomatologiczne	Mój termin
6 miesięcy - od 1. zęba	Wczesne rozpoznanie	
12 miesięcy	Wczesne rozpoznanie	
18 miesięcy	Profilaktyka	
2 lata	Wczesne rozpoznanie	
2 ½ roku	Profilaktyka	
3 lata	Wczesne rozpoznanie	
3 ½ roku	Profilaktyka	
4 lata	Wczesne rozpoznanie	
4 ½ roku	Profilaktyka	
5 lat	Wczesne rozpoznanie	
5 ½ roku	Profilaktyka	
6 lat	Profilaktyka indywidualna	
6 ½ roku	Profilaktyka indywidualna	
7 lat	Profilaktyka indywidualna	
7 ½ roku	Profilaktyka indywidualna	
8 lat	Profilaktyka indywidualna	
8 ½ roku... → 17 ½ roku	Profilaktyka indywidualna	
Profilaktyka indywidualna od 6 lat do 17 ½ roku 2 razy na rok		

## Kontakt

**Miasto Neumünster**  
Służba zdrowia  
Usługi stomatologiczne  
Meßtorffweg 8  
24534 Neumünster  
[www.neumuenster.de](http://www.neumuenster.de)

**Dr. Maria Schmidt**  
Specjalista zdrowia publicznego  
Telefon 04321/942-2837  
[Maria.Schmidt@neumuenster.de](mailto:Maria.Schmidt@neumuenster.de)

**Tatjana Fuder**  
Specjalista profilaktyki  
Telefon 04321/942-2873  
[Tatjana.Fuder@neumuenster.de](mailto:Tatjana.Fuder@neumuenster.de)



## Zdrowe zęby Twojego dziecka – przez całe życie

Informacje dla  
rodziców



© beerkoff - Fotolia.com #19980531



Fachdienst Gesundheit

[www.neumuenster.de/gesundheit](http://www.neumuenster.de/gesundheit)

## Czyste zęby nie będą mieć próchnicy

Zdrowe zęby są ważne dla Twojego dziecka – do jedzenia, mówienia i śmiechu. Chore zęby powodują ból i mają negatywny wpływ na ogólny stan zdrowia Twojego dziecka.

### Co możesz zrobić jako rodzic?

#### ■ Codzienna pielęgnacja zębów

- Mycie zębów rano po śniadaniu
- Dokładna pielęgnacja zębów przed pójściem spać: najpierw myje dziecko, rodzice doczyszczają
- Samodzielne czyszczenie dopiero wtedy, gdy dziecko nauczy się płynnie pisać



© Image by Freepik.com



#### ■ Odżywianie zdrowe dla zębów

- Unikanie słodkich napojów i zrezygnowanie z picia ich z butelki do karmienia
- Bezcukrowy poranek ze zdrową kanapką i butelką wody
- Słodycze z umiarem

#### ■ Kontrole stomatologiczne dwa razy w roku

- Regularne kontrole stanu uzębienia dziecka w gabinecie stomatologicznym od pierwszego zęba (ok. 6. miesiąca życia). Oferowane są tam badania w kierunku wczesnego rozpoznania.

Na początku szkoły podstawowej (około 6. roku życia) na końcu jamy ustnej pojawiają się pierwsze stałe zęby trzonowe. Te również muszą być dobrze czyszczone, ponieważ powinny służyć przez całe życie.



© Image by ArthurHidden on Freepik.com