

Poskrbite za  
zobe vaših otrok



**TePe**<sup>®</sup>

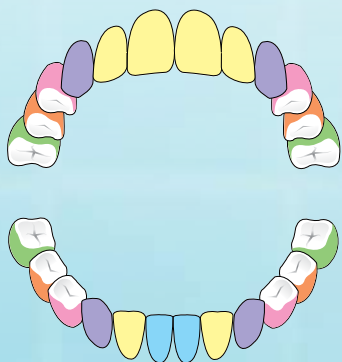
# Dober začetek je pomemben

Od prvega zobka in skozi življenje, je pomembno, kako skrbimo za ustno higieno. Poskrbeti za zgodnje dobre navade je ključ zdravih zob skozi življenje. Uporabi to brošuro za učenje, kako skrbeti za mlečne zobe in ohraniti zdrave stalne zobe.



Začni dobre  
navade z nastavit-  
vijo dobrega primera.  
Tvoji otroci bodo  
to opazili!





Izraščanje zob – mlečni zobje in prvi stalni kočniki.

- 6-8 mesecev
- 8-12 mesecev
- 14-16 mesecev
- 17-19 mesecev
- 2-3 leta
- 5-7 let (kočniki)

## Zgodnja leta

Prvi mlečni zobki se običajno pojavijo, ko so dojenčki stari 6-8 mesecev, vendar z velikimi individualnimi razlikami. Mlečni zobje izraščajo do približno treh let starosti. Pri 5.-7. letih otroci začnejo izgubljati mlečne zobe in jih izgubljajo do 10. oziroma 12. leta. Ko mlečni zobje izpadejo, izraščajo stalni zobje. Med prehodom novih in mlečnih zob, ki izpadejo, je lahko prisotna bolečina.

Ko so mlečni zobje nadomeščeni, jih je pomembno ohraniti zdrave. Poškodbe zob (karies/ votline) v mlečnih zobeh poveča tveganje za karies v stalnih zobeh.

Ko otroci pri 5.-7. letih dobijo prve odrasle zobe (sprednje), dobijo tudi prve molarje (večje zobe zadaj).

Z lahkoto lahko zamudite izraščanje molarjev in jih pozabite-čistiti, kar je del razloga, da zob najbolj prizadene razpadanje. Pazite zanje!



# Namigi in nasveti

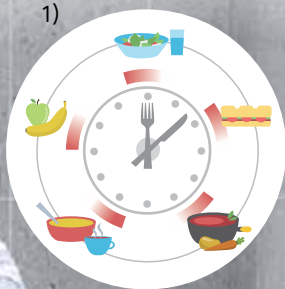


## Zobem prijazne prehranjevalne navade

Propadanje zob povzročajo ponavljajoči se napadi kisline na zob. Bakterije porabljajo sladkor v naši hrani za energijo in proizvajanje kisline, ki povzročajo škodo na sklenini (zunanja površina zoba). Zato uživanje sladkorja pogosto lahko privede do kariesa - čeprav je to le eden od dejavnikov. Mehko, lepljivo hrano je težko odstraniti na zobeh, zato se napadi kisline nadaljujejo. S slino se nevtralizira kislina, vendar to zahteva čas. Če usta ne počivajo, se pojavi karies.

- ★ Poskusite omejiti hrano in pijačo na pet vnosov na dan (1) in izogibajte se prigrizkom med obroki (2).
- ★ Če je vaš otrok žejen, mu ponudite vodo – izogibajte se sladkih sokov in gaziranih pijač.
- ★ Sladkarijam se izogibajte čim dlje. Pri starejših otrocih omejite uživanje sladkarij na en dan v tednu. Bodite previdni pri "skritem" sladkorju. Pri nakupovanju preverite seznam sestavin hrane.

1)



2)





## Ščetkanje zob



Skupno ščetkanje je izkušnja za zdrave zobe v prihodnosti. Ne le v kopalnici - ščete lahko v postelji ali položite otroka na previjalno mizo z glavo obrnjeno k vam. Nekoliko starejši otrok lahko sedi v naročju, nagnjen z glavo na vaši roki ali pa stojite z njim ob umivalniku. Otroci potrebujejo pomoč, dokler ne dopolnijo 10 ali 12 let. Ščetkanje je lahko tudi zabavno, če vmes pripovedujete zgodbe ali poje.

- ★ Ščetkajte dvakrat na dan: zjutraj in pred spanjem.
- ★ Uporabljajte zobno ščetko z majhno glavo, mehкими ščetinami in nežno krtačite z majhnimi premiki, počasno premikanje naprej.
- ★ Uporabite majhno količino fluoridne zobne paste, velikosti otrokovega malega nohta.
- ★ Ustvarite navado. Ščetkajte notranjo, zunanjo in grizno površino zoba po istem vrstnem redu, da se prepričate, da nobena stran ni pozabljena.\*
- ★ Ne pozabite na linijo dlesni, kjer se lahko bakterije zlahka zadržijo in povzročajo vnetje.

\* Za otroke, mlajše od 2. let, namažite majhno količino zobne paste na vrh ščetin zobne ščetke.

# Zobne ščetke

## Zobne ščetke

Prava ščetka ob pravem času je pomembna že na začetku in za vse življenje. Od pojava prvega mlečnega zoba je čas, da jo začnete uporabljati.

**TePe Mini™ / TePe GOOD™ Mini (1)** ima zelo majhno glavo krtače in ustreza otrokom od 0 do 3 ali 4 let.

**TePe Kids™ (2)** nekoliko večja glava ščetke od TePe Mini, ustreza otrokom od 3 do 4 let.

**TePe GOOD™ Compact (3)** trajnostna krtača z držalom iz sladkornega trsa, ustreza otrokom od 3 do 4 let.

**TePe Supreme™ Compact (4)** imajo ščetine v dveh nivojih, namenjene otrokom od 6. let naprej.

## Čiščenje med zobmi

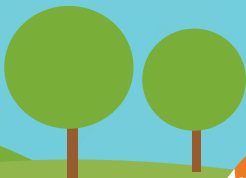
Običajno je priporočljivo začeti čiščenje med zobmi v najstniških letih.

**TePe GOOD Mini Flosser™ (5)** je enostaven način za začetek čiščenja med zobmi.



## Posebne ščetke

**TePe Compact Tuft™ (6)** kotni vrat in majhen zaobljen šopek olajšata čiščenje grizne površine novih kočnikov.





## Preverite vaše ščetkanje



TePe PlaqSearch™ je žvečilna tableta, ki obarva zobne obloge, ki jo odrasli in otroci lahko vidijo, ali so pravilno očistili zobe. Je varna za uporabo z nadzorom odraslih, ko enkrat otrok



zna sprati in pljuvati slino v starosti okoli 6. let.



# Izdelki za otroke



Made in Sweden

## Zobne ščetke



Mini



GOOD Mini



Kids



GOOD Compact



Supreme Compact

## Posebne ščetke



Compact Tuft

## Proizvodi za medzobno čiščenje

Mini Flosser



## Dodatni produkti

PlaqSearch



Ta zloženka je del programa TePe Share.

Za dodatne informacije obiščite [www.tepe.com](http://www.tepe.com).

# GO ADRIA

GO ADRIA d.o.o.

Papirniški trg 10 | 1260 Ljubljana Polje

Telefon: +386 (0)1 1521 11 04

E-pošta: [info@go-adria.com](mailto:info@go-adria.com)

[www.go-adria.com](http://www.go-adria.com)

TePe Slovenija [tepeslovenija](https://www.instagram.com/tepeslovenija)

Vse blagovne znamke na tem letaku so last podjetja TePe Munhygienprodukt AB.

