

Hampaiden hoito-ohjeet 1 - 2 vuotiaille

Lapsen maitohampaat puhkeavat noin 2 ½- vuotiaaseen mennessä. Yleensä 1 ½- vuotiaalla lapsella on 12 hammasta.

Harjaus

Harjauksen omaksuminen päivittäiseksi tavaksi aamuin illoin on otollista yhden vuoden iästä alkaen. Vanhempien ja sisarusten malli on tärkeää. Pieni lapsi tarvitsee aikuisen apua, jotta tuloksena olisi puhtaat hampaat. 1 ½- vuotiaalle lapselle laitetaan fluorihammastahnaa riisiryynin kokoinen määrä kahdesti päivässä. Fluorihammastahnaa kahdesti päivässä käyttävän lapsen ei tule omahoitona käyttää muita fluorivalmisteita.

Ravinto

Lapsi osaa juoda jo hyvin mukista, joten tuttipullon käyttö yli 1 ½- vuotiaalla lapsella on ”turha” tapa. Tutinkin voi jättää pois kahteen ikävuoteen mennessä. Näin purenta kehittyy luonnollisesti eikä imeskelytottumukset ohjaa purentaa. Säännölliset ruokailuajat ovat tärkeitä niin yleis- kuin hammasterveydelle. Makeisten antamista ja napostelua eli pienten suupalojen, kuten perunalastujen, naksujen ja virvoitusjuomien käyttöä tulee välttää. Napostelusta saadaan vain turhaa energiaa. Pienen lapsen hammaskiille on vastustuskyvytön ja siten erityisen herkkä reikiintymiselle.

Kariesbakteerit

Reikiintymistä aiheuttava bakteeri tarttuu helpoiten noin 2- vuoden iässä. Sylkitartuntaa lapselle tulee edelleen välttää mm. lusikan ja tutin kautta.

Ksylitoli

Opetä lapselle säännöllistä ksylitolin käyttöä jo vuoden ikäisestä lähtien. Jos lapsi nielee purukumin voi annostus olla 1-2 tynnyä / päivä. Jatkossa jokaisen syömisän jälkeen 1 tynny. Ksylitolipurukumi katkaisee happohyökkäyksen ja ohjaa suun bakteeritilannetta terveeseen suuntaan.