

## Hampaiden hoito-ohjeet 6 kk - 18 kk

Lapsen ensimmäiset maitohampaat puhkeavat yleensä 4 -11 kuukauden iässä. Maitohampaiden puhkeaminen jatkuu noin 3 -vuotiaaksi saakka.

Lapsella ei ole syntyessään reikiä aiheuttavaa bakteeria suussa. Bakteritartunnan lapsi voi kuitenkin saada useimmiten vanhemmiltaan. Bakteeri tarttuu syljen välityksellä, esim. käyttämällä samaa lusikkaa. Bakteeri tarttuu erityisen helposti, jos lapsi saa tiheästi makeaa ensimmäisen kahden vuoden aikana. Vanhempien käyttämä ksylitoli vähentää bakteerien tarttumiskykyä. Suositeltava ksylitoliannos on 6 tynnyä täysksylitoli -purukumia vuorokaudessa ruokailujen jälkeen.

### Harjaus

Hampaiden harjaus aloitetaan heti ensimmäisen hampaan puhjettua. Hampaat harjataan 2 kertaa päivässä. Fluorihammastahnaa, jonka fl-pitoisuus on 1000-1100 ppmF, käytetään vain toisella harjauskerralla.

Päivittäisellä harjauksella estetään bakteerikertymän (plakin) muodostuminen vasta puhjenneille hampaille. Lapsen ollessa sairaana suun puhdistaminen on tärkeää, koska syljen erityys voi alentua itse sairauden tai lääkkeiden vuoksi, ja tämä taas lisää reikiintymisriskiä.

### Ravinto

Rintaruokinta on suositeltavaa myös hampaiden ja suun terveydelle. Lapsen on hyvä omaksua säännöllinen ruokailurytmi. Suositeltava janojuoma on vesi, mehu on vahingollista puhkeaville maitohampaille. Ksylitolipastilleja voi antaa lapselle aina aterian jälkeen siitä lähtien, kun hän oppii syömään kiinteää ruokaa.

### Tutti

Tutin poisjääminen onnistuu parhaiten ennen vuoden ikää, kun tutin käyttö on rajoitettu vain nukahtamisen yhteyteen.