

Huller i mælketænder

Spar på sukkeret

Sukker giver energi, men det indeholder ingen vitaminer eller mineraler. Pas på med at vænne barnet til søde sager, da det kan give problemer for barnets tænder. Hvis barnet først er blevet vænnet til at få sukker hele tiden, fx til morgenmad, som sukkerholdigt pålæg, som slik i tide og utide og får sodavand og saft dagligt, vil det blive meget svært at lave om på de dårlige vaner.

Hvis man indtager for meget sukkerholdigt mad og drikke og dagligt ikke børstes grundigt, kan mælketænderne blive hurtigt ødelagt



Hvis man ikke dagligt indtager sukkerholdigt mad og drikke og børster tænderne grundigt hver dag, vil mælketænderne være sunde og barnet undgår smerter i sine tænder.

