

Fluora-Bella & hennes tänder

Samla barnen och prata om vår vän Fluora-Bella. Använd bilder och följande frågor som stöd.

Hur tror ni att Fluora-Bella sköter sina tänder?

Tandborstning morgon och kväll med fluorid tandkräm (bild finns). Viktigt att en vuxen hjälper till med tandborstningen morgon och kväll (bild finns).

Vad gör Fluora-Bellas tänder glada?

Tandborstning morgon och kväll med fluorid tandkräm. Äta mat, vatten, frukt och grönsaker regelbundet. Äta godis, glass etc. en dag i veckan. Lördagar är en bra dag att äta goda på! (bilder under Matorientering kan användas vid behov).

Vad gör Fluora-Bellas tänder sjuka?

Smätning, godis, glass och fikabröd fler gånger i veckan. Och om Fluora-Bella dessutom inte borstar tänderna med fluorid tandkräm två gånger per dag blir tänderna till slut sjuka. Hål i tänderna, eller karies som vi kallar det, är den vanligaste sjukdomen att få i munnen (ja, det är faktiskt en sjukdom!).

Vad händer om Fluora-Bellas tänderna blir sjuka?

Då kan Fluora-Bella behöva komma till tandvården, där jobbar tandläkare, tandhygienister och tandsköterskor som hjälper till att få tänderna friska igen. Det är bra att gå till tandvården då och då för att kolla så att tänderna inte är sjuka (bilder finns på behandlingsstol, spottkoppen och instrument med förklaring på baksidan av korten).

Fluora-Bella har svårt att välja tandborste, vilken ska hon välja?

Det finns olika stora tandborstar och oftast märker du själv om tandborsten är för stor eller passar i munnen. Den största tandborsten ska bara användas av barn över 12 år och vuxna (bild finns).