

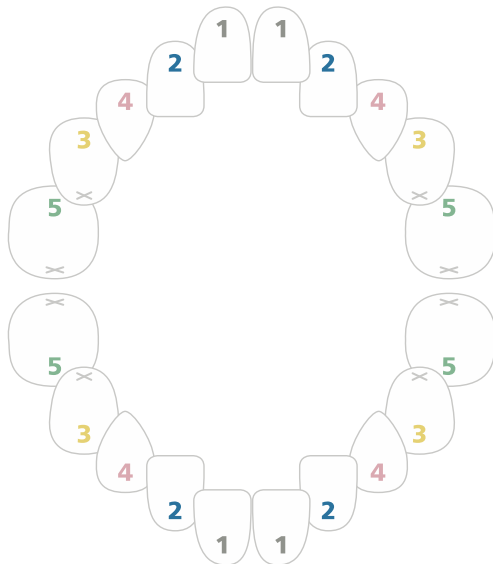
Engelska – När de första tänderna tittar fram

## When the first teeth appear - 6 months–1 year

### The very first tooth

A child's first tooth usually appears when they are between six months and one year old. As soon as the first tooth appears, it's time for your child to get acquainted with the toothbrush in a playful way. Make sure that teeth brushing every morning and evening becomes a natural habit. Newly formed teeth are particularly vulnerable to decay (cavities), so good habits are important from the start. You should use a small, soft children's toothbrush and a fluoride toothpaste made specifically for the youngest children. Then take some toothpaste, as much as will fit on your child's little fingernail.

### In what order do teeth appear?



- 1 - 6–10 months
- 2 - 8–14 months
- 3 - 14–18 months
- 4 - 16–22 months
- 5 - 23–32 months

### Make it a habit to

- brush your child's teeth with a fluoride toothpaste every morning and evening
- ensure that your child goes to sleep with clean teeth
- let your child's teeth rest for at least two hours between eating and/or drinking
- let your child drink water when they get thirsty. Water is always good to drink, even when the teeth are resting.

If you have your own private well, you can get a free testing of your drinking water to check its fluoride content. Please contact your nearest public dental clinic or child health center for help with testing. When your child is about one year old, you are welcome to make a first appointment with us at the Swedish Public Dental Care, Folktandvården. We'll be in touch!

## **Welcome!**

Welcome to Folktandvården Online, our digital clinic!

If you or your child have an emergency or any questions, you can easily and conveniently meet with a dentist through a video call and get help and advice remotely. Visit Folktandvården Online on your computer or download the app "Vård och hälsa - VGR" from App Store or Google Play on your mobile phone or tablet.

[folktandvarden.vgregion.se/onlineklinik](http://folktandvarden.vgregion.se/onlineklinik)

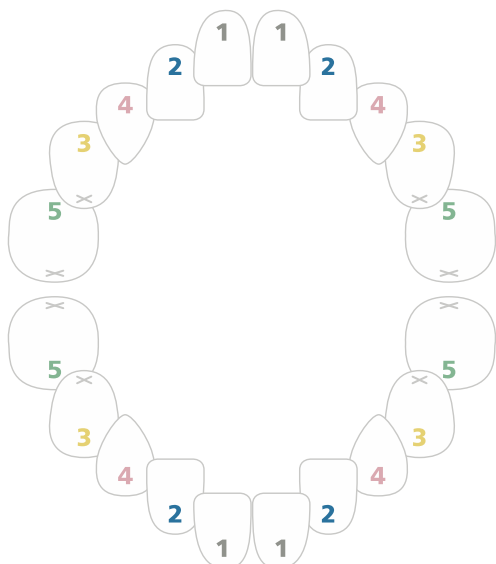
Svenska – När de första tänderna tittar fram

## När de första tänderna tittar fram - 6 månader - 1 år

### Första tanden

Barnets första tand brukar titta fram när barnet är mellan ett halvår och ett år. När den första tanden tittar fram är det dags att ditt barn får bekanta sig med tandborsten på ett lekfullt sätt. Låt det bli en naturlig vana att borsta tänderna morgon och kväll. Nya tänder är extra känsliga för karies (hål i tänderna), så därför är det viktigt med goda vanor redan från början. Använd en liten mjuk barntandborste och en fluorid tandkräm som är anpassad för de allra minsta. Ta lite tandkräm, så mycket som ryms på barnets lillfingernagel.

### I vilken ordning kommer tänderna?



- 1 - 6–10 månader
- 2 - 8–14 månader
- 3 - 14–18 månader
- 4 - 16–22 månader
- 5 - 23–32 månader

### Gör det till en vana att

- borsta ditt barns tänder med fluorid tandkräm morgon och kväll
- låta ditt barn somna med rena tänder
- låta ditt barns tänder vila i minst två timmar mellan gångerna det äter eller dricker
- låta ditt barn dricka vatten vid törst. Vatten går alltid bra att dricka, även när tänderna vilar.

Har du en egen brunn kan du få hjälp med ett kostnadsfritt prov av dricksvattnet för att ta reda på fluoridhalten. Vänd dig till närmaste folktandvårdsklinik eller barnvårdscentral för hjälp med provtagning. När ditt barn är ungefär ett år är ni välkomna till en första träff med oss på Folktandvården. Vi hör av oss!

## Välkommen!

Välkommen till Folktandvården Online, vår digitala klinik!

Om du eller ditt barn drabbas av akuta besvär eller om ni har frågor, kan ni enkelt och smidigt träffa en tandläkare i videosamtal och få hjälp och råd på distans. Besök Folktandvården Online på din dator eller ladda ner appen "Vård och hälsa - VGR" från App Store eller Google Play på din mobil eller surfplatta.

[folktandvarden.vgregion.se/onlineklinik](https://folktandvarden.vgregion.se/onlineklinik)