

Hälsofrämjande tandvård, profylax inom barn- och ungdomstandvården

Låg kariesrisk (K0)

Egenvård

Borsta tänderna 2 gånger om dagen med 2 cm tandkräm i två minuter. Efter tandborstning, behåll skummet för att behålla lite fluortandkräm som en fluorbehandling.

Barn t.o.m. 2 år: Tandkräm 1000 ppm fluorinnehåll, tag inte är större än att tandkrämen får plats på barnets egen lillfingernagel.

Barn 3–5 år: Tandkräm 1000 ppm fluorinnehåll, tag en ärtas storlek.

För barn fr.o.m. 6 år: Tandkräm 1450 ppm fluor, tag 1–2 cm.

Inte småäta, uppehåll mellan dryck- och födointag i minst 2 timmar, vatten som törstsläckare.

Klinikvård

Stärk och uppmuntra goda vanor.

Måttlig kariesrisk (K1)

Egenvård

Borsta tänderna 2 gånger om dagen med 2 cm tandkräm i två minuter. Efter tandborstning, behåll skummet för att behålla lite fluortandkräm som en fluorbehandling.

Barn t.o.m. 2 år: Tandkräm 1000 ppm fluorinnehåll, tag inte är större än att tandkrämen får plats på barnets egen lillfingernagel.

Barn 3–5 år: Tandkräm 1000 ppm fluorinnehåll, tag en ärtas storlek.

För barn fr.o.m. 6 år: Tandkräm 1450 ppm fluor, tag 1–2 cm.

Barn 6–12 år: Fluorsköljning 0,05% en gång dagligen men ej i samband med tandborstning.

Barn fr.o.m. 12 år: Fluorsköljning 0,2% en gång dagligen men ej i samband med tandborstning.

Inte småäta, uppehåll mellan dryck- och födointag i minst 2 timmar, vatten som törstsläckare.

Klinikvård

Orsaksinriktad utredning med fokus på tandborstning, minskad sockerexposition samt ökad fluorbehandling.

Följ upp givna råd.

Professionell tandrengöring vid behov, flossing approximant och fluorlackning på torr tandyta var 6:e månad.

Fissurförsegla 6-or och 7-or så snart de erumperat.

Hög kariesrisk (K2)

Egenvård

Borsta tänderna 2 gånger om dagen med 2 cm tandkräm i två minuter. Efter tandborstning, behåll skummet för att behålla lite fluortandkräm som en fluorbehandling.

Barn t.o.m. 2 år: Tandkräm 1000 ppm fluorinnehåll, tag inte är större än att tandkrämen får plats på barnets egen lillfingernagel.

Barn 3–5 år: Tandkräm 1000 ppm fluorinnehåll, tag en ärtas storlek.

För barn fr.o.m. 6 år: Tandkräm 1450 ppm fluor, tag 1–2 cm.

Barn 6–12 år: Fluorsköljning 0,05% en gång dagligen men ej i samband med tandborstning.

Barn fr.o.m. 12 år: Fluorsköljning 0,2% en gång dagligen men ej i samband med tandborstning.

Alternativ till fluorsköljning för patienter 16 år och äldre är att borsta tänderna med Duraphattandkräm 5mg/g två gånger om dagen samt att sila skummet mellan tänderna efter borstningen.

Inte småäta, uppehåll mellan dryck- och födointag i minst 2 timmar, vatten som törstsläckare.

Klinikvård

Orsaksinriktad utredning med fokus på tandborstning, minskad sockerexposition samt ökad fluorbehandling.

Professionell tandrengöring vid behov, flossing approximant och fluorlackning på torr tandyta var 3:e månad.

Fissurförsegla 6-or och 7-or så snart de erumperat.

Följ upp givna råd och utvärdera effekten, planera fortsatta insatser.

Barn t.o.m. 10 år behöver vuxenstöd vid tandborstning.