**Erster Zahnarztbesuch**

Liebe Eltern,

wir möchten Ihren Kindern helfen, von Anfang an eine positive Einstellung zu den eigenen Zähnen, zur regelmäßigen Zahnpflege und zum Zahnarztbesuch zu entwickeln.

Im Folgenden finden Sie ein paar Tipps, damit Sie und Ihr Kind den "Erste Zahnarztbesuch" positiv in Erinnerung behalten.

- Planen Sie den ersten Zahnarztbesuch im ersten Lebensjahr nach dem Durchbruch des ersten
 Milchzahnes (Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde)

- Vereinbaren Sie den Termin zu Tageszeiten, an denen Ihr Kind gut gelaunt und fit ist

- Vermeiden Sie unnötige Aufregungen und integrieren Sie den Zahnarzttermin in Ihren gewohnten
 Alltag

- Bereiten Sie ihr Kind auf die Behandlung vor, in dem Sie ihm den Ablauf schildern

- Vermeiden Sie Formulierungen wie:
 „Du musst keine Angst haben“
 „Die Zahnärztin tut dir nicht weh“
 „Da passiert doch nichts“
 „Es ist gar nicht schlimm“

- Negative Worte (Angst, Spritze, Schmerzen, Bohren etc.) rufen in ihrem Kind die Vorstellung hervor,
 dass etwas Unangenehmes bevorsteht

- Benutzen Sie stattdessen positive Formulierungen:
 „Die Zahnärztin hilft dir dabei, dass deine Zähne gesund bleiben"
 „Du hast ganz toll mitgemacht“
 „Ich bin stolz auf dich“
 „Deine Zähne sind jetzt blitzeblank und sauber“
 „Schau mal wie weiß deine Zähne jetzt sind“

- Bleiben Sie aber trotzdem bei der Wahrheit und wecken Sie keine falschen Hoffnungen, die Ihr Kind
 enttäuschen könnten

- Vermeiden Sie den Austausch von negativen Erfahrungen mit anderen Erwachsenen im Beisein
 ihres Kindes

- Benutzen Sie den Besuch beim Zahnarzt nicht als Druckmittel zum besseren Zähneputzen;
 der Zahnarztbesuch sollte regelmäßig und unabhängig von schlechtem Putzen erfolgen

- Damit die Behandlung erfolgreich verläuft, ist es wichtig, dass Sie Ihrem Kind und uns die
 Möglichkeit geben in Kontakt zu kommen und Vertrauen aufzubauen

- Lassen Sie Ihr Kind selbst auf Fragen antworten und halten Sie sich insbesondere zurück, falls Sie
 selbst unruhig oder ängstlich sind

- Loben Sie Ihr Kind nach jeder Behandlung

Wir freuen uns auf Sie und Ihre Kinder