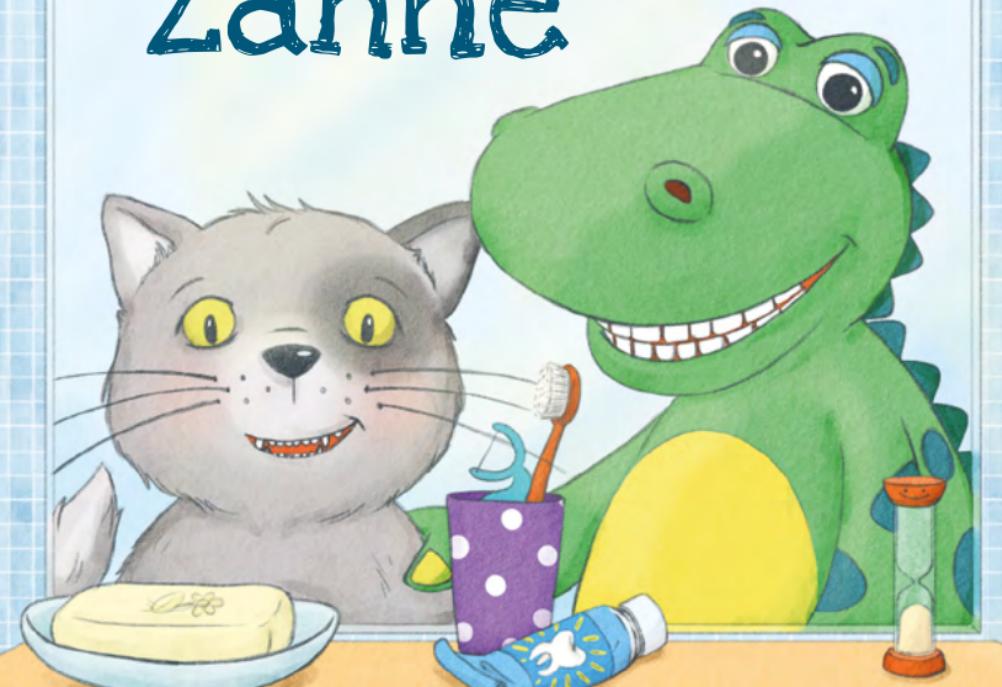




Dresden.  
Dresdner

# Tierisch gesunde Zähne



Liebe Kinder,  
ich bin Leo, der Rathauslöwe, und  
ich interessiere mich für alles, was  
in Dresden los ist. Kürzlich traf ich  
meine Katzenfreundin Lilly. Sie erzählte  
mir etwas Spannendes von einem  
Krokodil namens Kroko, vielen munteren  
Kindern und jeder Menge Zahnpflege-Spaß.  
Schaut selbst!

Dieses Buch gehört:

---

## Tierisch gesunde Zähne



Jeden Morgen in der Frühe  
sucht die Lilly ohne Mühe  
einen schönen warmen Platz,  
schließlich ist sie eine Katz'.



Am bunten Haus da scheint die Sonne,  
Lilly räkelt sich voll Wonne,  
sieht durchs Fenster ganz verzückt  
ein grünes Krokodil – verrückt!





Lilly traut den Augen kaum,  
schleicht sich eilig in den Raum.  
Plötzlich hört sie Kroko juchzen:  
„Kinder, lasst uns Zähne putzen!“





Groß und Klein ins Bad nun tappen,  
alle ihre Bürsten schnappen.  
Auch die Zahncreme ist parat,  
Kroko hat noch einen Rat:

„Die Menge, die ist wichtig!

Macht es bitte richtig!

Der Zahncremeklecks ist erbsengroß –

Tube auf und fertig, los!“



K

**Kau-Flächen** – kräftig hin und her.  
Das hört sich laut an, sogar sehr.



A

**Außen-Flächen** – große Kreise.  
So wird's sauber, auch ganz leise.



I

**Innen-Flächen** – kehrst du aus.  
Putz den Schmutz mit Schwung hinaus.



## Zahnpflegetipps

1. Ab dem ersten Milchzahn Zähne putzen.
2. Mindestens zweimal täglich nach dem Essen putzen.
3. Zahnpflegetipps: zu Beginn reiskorngroß, ab dem zweiten Geburtstag erbsengroß.
4. Eltern sollten bis zum Ende der Grundschulzeit nachputzen.
5. Sobald die Zähne Kontakt miteinander haben, ist die Zwischenraumreinigung mit Zahnseide oder Zahnseidestick wichtig.





Die Zähne sind nun rundum rein.  
Das findet auch die Zunge fein.  
Doch nicht nur diese ist erfreut,  
auch der Zahnarzt lobt sie heut'.

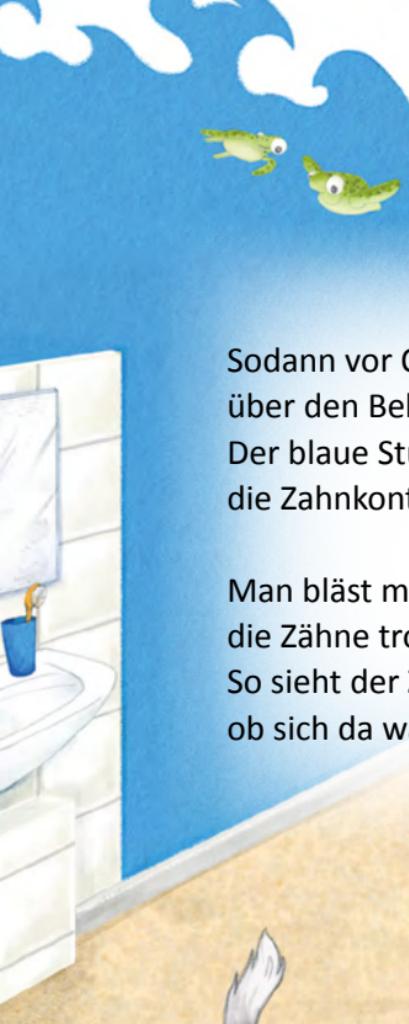
Mit Spiegel und mit hellem Licht –  
damit hat er die beste Sicht.  
Zählt er die Zähne nun von allen.  
Den Kindern hat es sehr gefallen.



Kroko sagt: „Bei euch war's schön!  
Ich freu' mich auf ein Wiedersehn.  
Bis dahin, Kinder, putzt recht fein.  
Die Zähne wollen sauber sein.“



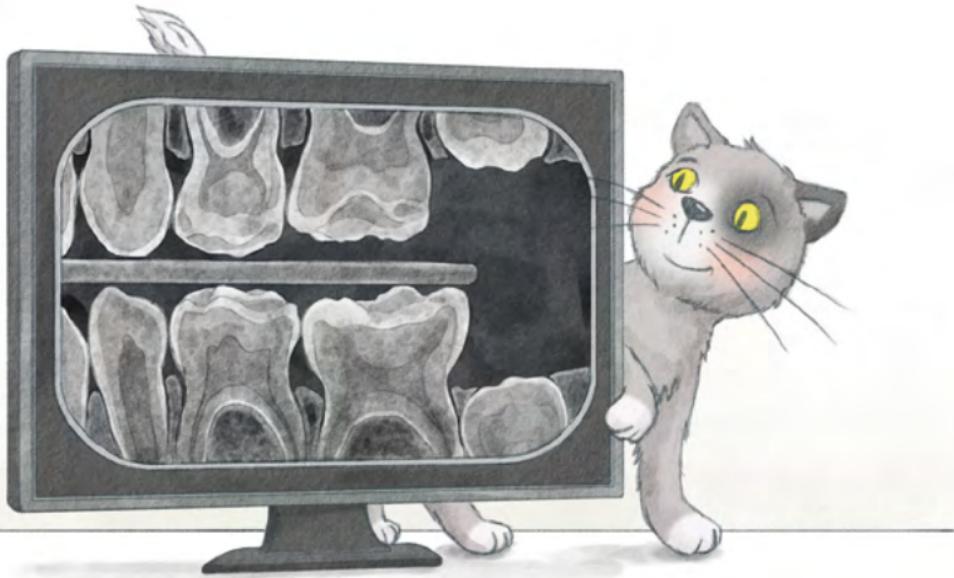
Die Lilly ist ganz interessiert,  
wohin der Zahnarzt jetzt spaziert.  
Der Kroko lädt sie freundlich ein,  
heute mal ihr Guest zu sein.



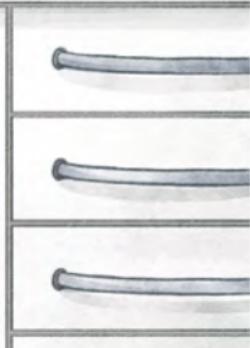
Sodann vor Ort da staunt die Katz'  
über den Behandlungsplatz.  
Der blaue Stuhl ist schön bequem,  
die Zahnkontrolle angenehm.

Man bläst mit einem Pustewind  
die Zähne trocken ganz geschwind.  
So sieht der Zahnarzt ganz korrekt,  
ob sich da was im Mund versteckt.

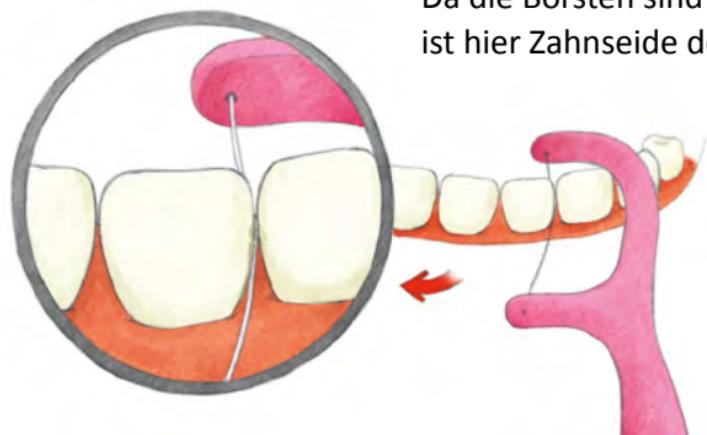




Nur eine Stelle sieht er kaum,  
den superengen Zwischenraum.  
Was los ist zwischen Zahn und Zahn,  
verrät das Röntgenbild ihm dann.



Auch die Bürste schaut verdutzt,  
weil sie hier nicht wirklich nutzt.



Da die Borsten sind zu dick,  
ist hier Zahnseide der Trick.

## GeSunde-Zähne-Regeln

1. Wasser ist zuckerfrei und deshalb zahngesund.
2. Sobald das Kind ohne Hilfe sitzen kann, trinkt es aus dem Becher oder der Tasse.
3. Zähne wollen benutzt werden! Deshalb vorzugsweise kauaktive Nahrung anbieten.
4. Zähne brauchen Zuckerpausen! Darum „Zuckerzeiten“ festlegen (zum Beispiel Naschen im Anschluss an eine Hauptmahlzeit).
5. Halbjährliche Vorsorgeuntersuchung beim Zahnarzt ab dem ersten Milchzahn.





Der Tag war lang, der Tag war schön.  
Lilly will nun heimwärts geh'n.  
Und wie sie nun nach Haus' gekommen,  
hat sie sich flugs den Napf genommen.

Erinnert sich, was Kroko spricht:  
„Trink Wasser, das bereust du nicht.  
Es löscht den Durst, ist zuckerfrei –  
die Zähne haben Spaß dabei!“



Tierisch gesunde Zähne -  
jetzt weiß ich, wie es geht! Meine  
Katzenfreundin Lilly träumt noch  
immer von dem spannenden Tag.  
Findest du ihre Traumbilder  
im Heft?



## **Impressum**

Herausgeber:  
Landeshauptstadt Dresden

Amt für Gesundheit und Prävention  
E-Mail: gesundheitsamt@dresden.de

Amt für Presse-, Öffentlichkeitsarbeit und Protokoll  
E-Mail: presse@dresden.de

Text: Kinder- und Jugendzahnklinik  
Redaktion: Katharina Lupi, Julia Eberth  
Gestaltung, Illustration Titel und Innenseiten:  
Franziska Kalch, [www.buntstiftsalat.de](http://www.buntstiftsalat.de)  
Illustration Löwe: Cesar Tezeta

Juli 2024

[dresden.de/gesundezaehne](http://dresden.de/gesundezaehne)