Små hål som kan stoppas

Inte alla kariesangrepp behöver lagas. Om ett angrepp upptäcks tidigt kan det ibland stoppas med fluor och goda vanor. Här är hur det fungerar.



Från angrepp till hål

Karies börjar som en försvagning av emaljen. I början syns det som en vit, kritig fläck. Om angreppet fortsätter bildas till slut ett hål.

Emaljen kan återhämta sig

Så länge ytan är hel kan emaljen ta upp mineraler igen med hjälp av saliv och fluor. Då kan angreppet stoppas och ibland gå tillbaka.

Vad tandläkaren kan göra

Tandläkaren kan följa angreppet vid kontrollerna, ofta med röntgen. Du kan få extra fluor och råd om kost och munhygien. Lagning görs först om angreppet fortsätter att växa.

Det här kan du göra

- Borsta två gånger om dagen med fluortandkräm.
- Rengör mellan tänderna varje dag.
- Minska antalet söta mellanmål.
- Använd extra fluor om tandvården rekommenderar det.

Därför är kontrollerna viktiga

Tidiga angrepp ger inga symtom. Det är bara vid en undersökning som de kan upptäckas i tid.

Vita fläckar på tänderna

Om du ser vita, kritiga fläckar på tänderna, särskilt längs tandköttskanten, kan det vara tidiga kariesangrepp. De är vanliga hos personer som har haft tandställning eller som ofta äter sött. Fläckarna betyder inte att tanden har ett hål, men de är en varning. Visa dem för tandläkaren eller tandhygienisten vid nästa besök, så kan du få råd om hur du stoppar boka tandlakartid malmo angreppet. Ofta räcker det med noggrann borstning, extra fluor och färre söta mellanmål.

Barn och tidiga angrepp

Hos barn upptäcks ofta tidiga kariesangrepp vid de regelbundna besöken, särskilt på de nya kindtänderna. Om angreppet är tidigt kan tandvården ofta stoppa det med fluorlack, fissurförsegling och råd om borstning och

kost. Som förälder kan du göra mycket genom att hjälpa till med borstningen och begränsa söta mellanmål och drycker. Fråga tandvården om ditt barn har några angrepp som de följer, och vad du kan göra hemma för att stoppa dem. Det är mycket bättre att stoppa ett angrepp än att behöva laga ett hål.

Tillsammans med tandvården kan du ofta vända utvecklingen. Fråga gärna vid nästa besök hur det ser ut.

Sammanfattning

Tidiga kariesangrepp kan ofta stoppas med fluor och goda vanor. Regelbundna kontroller gör att angreppen upptäcks innan de blir hål som måste lagas.

Boka Tandläkartid är en svensk guide för dig som ska boka tid hos tandläkaren. Här hittar du guider om allt från första besöket till akut tandvärk.