

Bitte trinken, nicht nuckeln!

Plastik- oder Metallflaschen mit Ventilverschlüssen sind bei Kindern zunehmend beliebt. Sie sind praktisch, leicht, auslaufsicher und unzerbrechlich. Wenig bekannt ist, dass gerade diese Flaschen für die so genannten **Nuckelflaschenkaries** (Nursing-Bottle-Syndrom) verantwortlich sind.

Das permanente Umspülen der Zähne mit Getränken, die Zucker und Säuren enthalten, verhindert, dass der Speichel seine „reparierende“ (remineralisierende) Wirkung entfalten kann. (Das gilt auch für gesunde Getränke wie Fruchtsäfte!)

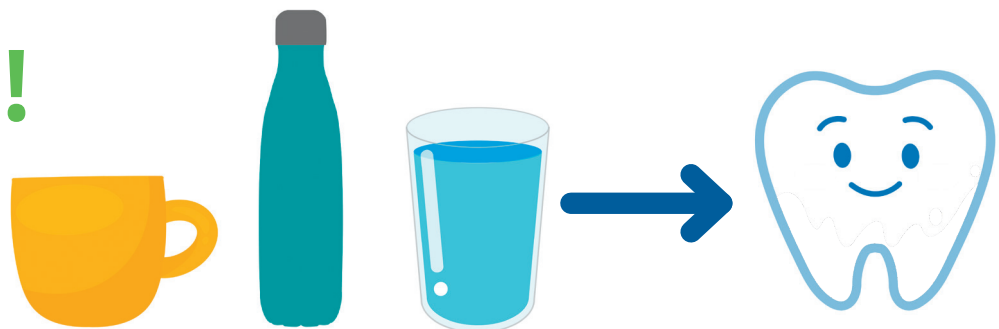
Entkalkungen und Karies sind die Folge!

Falsch!



Colagetränke, Limonaden (auch „Light“-Produkte), Nektare, Eistees, Iso- und Sportlergetränke, Energy Drinks, unverdünnte Multivitamin- oder Fruchtsäfte aus **Saugerflaschen**, **Schnabelgefäßen** oder **Fahrradflaschen**.

Richtig!



Wasser, ungesüßter Tee oder stark verdünnter Frucht- oder Gemüsesaft aus einem **Glas**, einem **Becher** oder eine **Tasse**.