

Aktuell information om Jakobstads social- och hälsovårdsverkets tandkliniker

VÅRDGARANTI

Enligt vårdgarantilagstiftningen strävar vi till att ordna en bedömning av behovet av icke-brådskande tandvård åt alla oberoende av ålder hos en yrkesutbildad person inom hälso- och sjukvården så snart som möjligt efter det att patienten tagit kontakt, ifall ärendet inte kan skötas som telefonrådgivning.

Vård som konstaterats vara nödvändig strävar vi till att påbörja inom tre-sex månader efter det att vårdbehovet konstaterats.

Tidsbeställning samt information vardagar (må-fre) kl. 8-14 tfn. 786 1301 eller 786 1260 och i Nykarleby tfn 786 2711.

Tandläkarjourinformation under övriga tider finns i hälsovårdscentralen [internetportal under adress:](#)

<https://www.sochv.jakobstad.fi/barn-unga-och-familjer/munhalsa/tandlakarjour>

Ta kontakt om du behöver hjälp och råd

- Vår målsättning är att kalla till tandklinikerna enligt förordningen www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2011/20110338
- Förskolebarn enligt ålder
- Grundskolans vissa klasser
- Övriga patienter skall själva [reservera tid för vård](#)

<https://www.sochv.jakobstad.fi/vuxna/munhalsovard/tandkliniker>

I skolelevernas tandvård använder vi s.k. individuella undersökningsintervaller.

Vi har egen specialtandläkare inom tandreglering. Till specialistens mottagning fordras en remiss från egen tandläkare.

Tandvården är avgiftsfri för 0-17-åringar. Övriga patienter betalar sin behandling enligt fastställd taxa. Tandvården önskar att Du på förhand meddelar, om Du inte kan komma.

Enligt taxan debiterar vi en avgift av alla 15-åringar och äldre, som utan orsak uteblir.

Privattandläkarnas tjänster kompletterar vår verksamhet. FPA ersätter en del av privattandvårdens kostnader. Närmare uppgifter kan Du få [från FPA](#) <http://www.kela.fi/web/sv/tandvard>



Kom ihåg att borsta tänderna också före besöket hos tandläkaren

KARIES - HÅL I TÄNDERNA

Karies eller hål i tänderna är inte alls en utrotad eller ens ovanlig sjukdom.

I takt med försämrade kost- och hygienvanor har kariesförekomsten hos skolbarnen ökat. Under den period när tänderna bryter fram uppstår hål lättare. En lagad tand är försvagad för resten av livet.

Det är inte så svårt att förebygga karies.

En av grundpelarna är tandborstningen. Man bör borsta 2 minuter med **fluortandkräm** både morgon och kväll. När tänderna borstas klart skall man "sila" löddret mellan tänderna i 20-30 sekunder, sedan spotta ut—**INTE skölja med vatten**. Då sköljer man bort den viktiga fluoren.

Barnet kan borsta självständigt från 8-10 års ålder.

Vi önskar att föräldrarna ser till att tänderna blir borstade och hjälper barnet vid behov.

ALDRIG HÅL I EN REN TAND
Borsta tänderna 2 gånger dagligen under 2 minuters tid = 2 x 2

DET ÄR SÖTSAKERNASOM GÖR HÅLEN

Efter varje måltid utsätts tänderna för en syraattack. Tänderna klarar det bra 4-5 ggr/dag. Om man däremot äter oftare, och i synnerhet sötsaker som godis och limsa, uppstår syraattacker så ofta att det blir hål i tänderna.

Viktigt att tänka på

- Riktig frukost en bra start på dagen
- Sträva efter att ha tre huvudmål och ett till två mellanmål
- Det lönar sig att begränsa sötsaker mellan måltiderna: **godis på fredag = godisdag**
- Vatten är bästa törstsläckaren
- Ofta återkommande daglig bruk av saft, limsa, kakao och sportdrycker fräter tandemalj, förorsakar ilningar och skadar tänder
- Återkommande användning av juice [ofta sur och innehåller socker] kan också skada tänderna
- Xylitol skyddar delvist tänderna, men ersätter inte tandborstning
- Xylitol är ett bättre alternativ till vanlig godis.

Om barnet får riktiga måltider och ett bra mellanmål efter skolan minskar risken för godissug. Och tvärtom - godismellanmål minskar matlusten och ökar godissuget igen efter ett tag.

Att lära sitt barn goda kost- och munhygienvanor är att lära barnet hålla sina tänder friska livet ut!

Barnet kan använda 3 gånger / dag helxylitoluggummi = sammanlagt 5g (5-6 bitar) för att minska karies. Xylitoluggummi ersätter dock inte tandborstning!

Vår tidsbeställning hjälper och informerar vardagar (må-fre) kl. 8-14

- tfn 786 1301 eller 786 1260: klinikerna i Jakobstad, Pedersöre och Larsmo
- tfn 786 2711 tandklinikerna i Nykarleby

