

1. Doe de Tekencheck
2. Tips voor een gezond gebit

1. Doe de 'teken-check'!



Het voorjaar lijkt langzaam te beginnen. Dan is het heerlijk om met de kinderen erop uit te gaan en lekker veel buiten te spelen. Niets fijner dan dat, toch?!

Maar let wel op met het spelen in 'het groen'. Want een tekenbeet heb je zo, en niet alleen de beet is heel vervelend, de teek kan ook nog vervelende ziektes overdragen.

Daarom is het belangrijk om altijd een tekencheck te doen als je veel buiten 'in het groen' bent geweest!

- Bekijk het filmpje (klik op de link →) [Filmpje tekencheck](#)
- [Herkennen van tekenbeten | RIVM](#)
- Meer weten? Check [Tekenenbeten | RIVM](#)

Afdeling infectieziekte

2. 6 Tips voor een gezonde mond van je kind

Hoe zorg je goed voor de tanden van je kind? We geven je 6 tips om te zorgen dat het gebit van jouw kind gaaf blijft.

1. Poets 's ochtends en 's avonds met tandpasta met fluoride.
2. Poets de tanden van je kind tot 10 jaar altijd zelf ook nog een keer.
3. Geef je kind 's avonds na het poetsen geen eten en drinken. Water mag altijd.
4. Eet en drink maximaal 5 keer per dag.
5. Heeft je kind 1 tandje? Maak een afspraak met de tandarts.
6. Geef geen flesje sap of limonade aan je kind.

Goed om te weten

En wist je dat de basisverzekering de tandartskosten voor kinderen tot 18 jaar, met uitzondering van kronen, bruggen, beugels en implantaten, volledig vergoedt? En daarbij geldt geen eigen risico.

Kijk voor meer tips op [Allesoverhetgebit.nl](#)

Zo kun je bijvoorbeeld lezen over : [Melkgebit \(allesoverhetgebit.nl\)](#)

Afdeling jeugdgezondheidszorg

