

# Pikkulapsen suunhoito

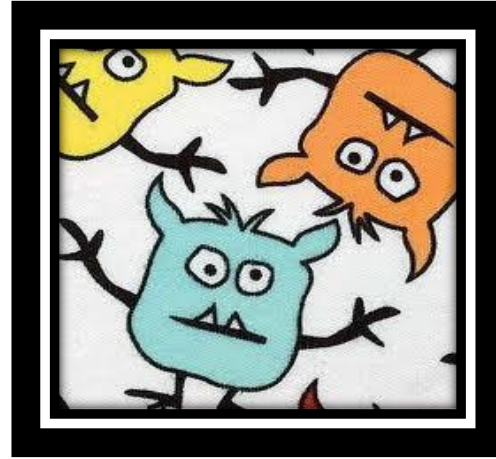
Suun terveydenhuolto 2025





- Lapsella on oikeus terveisiin hampaisiin koko elämänsä ajaksi.
- Hampaiden tulevaisuudesta huolehtiminen alkaa kun ensimmäinen hammas puhkeaa suuhun noin puolen vuoden iässä.
- Vanhempien tärkeä tehtävä on huolehtia lapsen hampaiden tulevaisuudesta.
- Lapsi tarvitsee apua hampaiden puhdistuksessa alakoulun ensimmäisille luokille asti.

# Bakteeritartunta



- Hampaiden reikiintymistä aiheuttava bakteeri Streptococcus mutans voi tarttua suuhun, kun ensimmäinen maitohammas puhkeaa. Se voi tarttua vanhempien ja läheisten syljestä esimerkiksi ruokailuvälineiden tai tutin välityksellä.
- Suussa olevien mutans-bakteerien määrää vanhemmilla ja siten lapsen tartuntariskiä voi vähentää omaa napostelua vähentämällä ja hampaiden puhdistuksella aamuin illoin.

# Maitohampaat

- Ensimmäinen maitohammas puhkeaa n.4-10 kuukauden ikäisenä.
- Useimmilla lapsilla on kolmeen ikävuoteen mennessä kaikki 20 maitohammasta.

kuva Terve suu, Sára Karjalainen





- Kuvassa on esimerkki jatkuvasta, pitkästä tutin tai sormen imemisestä johtuvasta **avopurennasta**. Vain takahampaat ottavat yhteen, haukkaaminen ja pureminen vaikeutuu.

kuva Terve suu, Päivi Jääsaari

# Perheen ruokailutavat

- Kun lapsi siirtyy syömään kiinteää ravintoa, perheessä on hyvä olla säännöllinen ateriarytmi, 5-6 ruokailukertaa välipaloiheen vuorokaudessa.
- Jatkuva napostelu ja makeat juomat lisäävät hampaiden reikiintymistä.
- Totuta lapsi jo pienestä pitäen juomaan **vettä** janoon.
- Ruokajuomana paras on maito, piimä tai niiden korvike (kalsium).
- Rintamaito ei yksin aiheuta hampaiden reikiintymistä. Tiheä lapsentahtinen imetys ensimmäisen ikävuoden jälkeen, erityisesti yöllä, lisää hampaiden reikiintymisriskiä, jos hampaiden harjauksesta ei huolehdi ja lapselle tarjotaan sokeripitoisia ruokia tai juomia.
- Ksylitolin tarkoitus on katkaista happohyökkäys ruokailujen jälkeen, mutta sen käyttö ei korvaa harjausta eikä fluorihammastahnan käyttöä.



- Mehupullokaries – kuvassa etuhampaat ovat reikiintyneet, johtuen tiheästi toistuvasta makean mehun juomisesta.

kuva Terve suu, Heikki Alapulli

# Päivittäinen hampaiden puhdistus

- Harjaus aamulla ja viimeiseksi illalla ikään sopivalla harjalla ja fluoritahnan kanssa (huom. oman kaivoveden fluoripitoisuus)
- On tärkeää, että vanhempi näkee lapsen suuhun harjatessa.
- On hyvä muistaa, että vanhempien oma tapa hoitaa hampaitaan on malli lapselle ja siirtyy lapsen tavaksi.





# Suun terveydenhuolto tukee vanhempia mutta vastuu lapsen hyvinvoinnista ja terveydenhoidosta kuuluu vanhemmille.

Yksilöllisillä tarkastus- ja neuvontakäynneillä ja neuvontaryhmissä tuetaan vanhempien osaamista lapsen suun hoidossa ja seurataan lapsen suun terveyttä.

Lapsen suun terveys on osa kokonaisterveyttä.

Joskus vanhempien voimavarat eivät riitä, ja lapsi jätetään toistuvasti tuomatta tarkastuksiin tai hoitoon tai lapsen suusta nähdään, että suun terveyden ylläpitäminen kotona ei suju. Tällöin lähetetään uusia kehotuksia tarkastukseen ja hoitoon ja uuteen neuvontaan.

Jos edelleenkään lapsen riittävän hoidon ja huolenpidon tarve ei näytä toteutuvan, tulee suun terveydenhuollon ammattilaisen ottaa yhteyttä lastensuojeluun yhdessä vanhempien kanssa tai ilman näitä. Lastensuojelulaki velvoittaa terveydenhuollon ammattilaiset tähän. Lastensuojelun toimesta arvioidaan perheen erityisen tuen ja mahdollisten lastensuojelutoimien tarve.

[www.puhtaathampaat.fi](http://www.puhtaathampaat.fi)