

Trinkflaschen mit Saugventilen - praktisch aber ...

Es gibt sie in vielen bunten Farben, oft mit dem Lieblingsmotiv von Kindern. Sie laufen nicht gleich aus und Kinder trinken gerne daraus. Doch es gibt viele gute Argumente, Kinder aus Bechern, Gläsern oder Tassen trinken zu lassen:



Aus diesen Trinkflaschen wird nicht im eigentlichen Sinne getrunken, sondern **genuckelt** oder **gesaugt**. Dabei finden im Mund ganz andere Bewegungsabläufe als beim Trinken aus dem offenen Becher.

Kinder können durch Dauernuckeln an einer **aggressiven Karies** erkranken. Dauerndes Nuckeln und Saugen kann zu **Sprechproblemen** und häufigem **Verschlucken** beim Essen und Trinken führen. Wenn dadurch die Mundmuskeln an Spannung verlieren, kann die auftretende Mundatmung **infektanfälliger** machen.

Trinkflaschen mit Saugventilen sind auch **hygienisch fragwürdig**. Durch das immer wiederkehrende Nuckeln können sich **Keime** im Saugventil vermehren. Vom Kauen werden die Saugventile mit der Zeit rissig und porös. Dort können sich Keime und Schmutzpartikel besonders gut anheften.

Für unterwegs eignen sich kleine Mineralwasserflaschen **mit Drehverschluss**. Alternativ gibt es **nachfüllbare** Trinkflaschen ohne Ventil. Auch sie gibt es in vielen kindgerechten Farben.



Tipp für gesunde Zähne

Lassen Sie Ihr Kind am besten **Leitungswasser, Mineralwasser und ungesüßten Tee** trinken. Das sind **ideale Durstlöcher**, die Ihr Kind auch zwischendurch immer trinken kann.

Milch und Fruchtsäfte sind **Nahrungsmittel**, die satt machen und Zucker enthalten.

Bieten Sie Säfte nur hin und wieder zu einer Hauptmahlzeit an.

