



## Tänder

# Hål i mjölkttänderna – karies hos barn

Karies är en sjukdom som orsakar hål i tänderna. Det går att minska risken för karies genom att borsta barnets tänder regelbundet och undvika att ge söta mellanmål.

*Barns mjölkttänder är extra känsliga för karies. Trots att barnet kommer att tappa sina mjölkttänder är det viktigt att sköta om dem. Du behöver hjälpa ditt barn att borsta tänderna ända upp i tio- till tolvårsåldern.*

*Läs mer om [tändernas utveckling](#).*

## Symtom

*När barnet är runt sex år brukar hen tappa sin första mjölkframtand. När mjölkttanden lossnar och de permanenta tänderna bryter fram, bryts mjölkttandens rötter ner.*

*Det första tecknet på hål i mjölkttänderna är så kallad kritkaries eller gnuljekaries. Den syns ofta på överläkens framtänder som en vit och ibland skrovlig rand längs kanten på tandköttet. Den kan också finnas mellan tänderna, men där går den inte att se utan att tänderna [röntgas](#).*

*Vidlig karies känns inte och kan läka av sig själv. För att det ska läka är det viktigt med bra [matvanor](#) och att du [borstar barnets tänder](#) nog.*

## Djup karies behöver lagas

*Karies kan breda ut sig inne i tanden. Hålet på tandens yta kan vara litet och svårt att se. Det kan gå sönder om barnet tuggar på något hårt. Då kan det se ut som att barnet helt plötsligt har fått ett stort hål, fast det har funnits länge.*

*Om hålet har nått in i tandbenet behöver en tandläkare [laga tanden](#) eller slipa bort den skadade delen av tanden.*

## Tanden kan bli infekterad

*Barnet kan få ont om inte hålet lagas, framför allt om hen tuggar på något som är sött eller kallt. Till sist kan det göra mycket ont och området runt tanden ~~rot~~ skallnar. Då har tandnerven blivit infekterad.*

*Att ha en infektion i munnen påverkar hur barnet mår. Barnet kanske inte vill eller kan äta och går därför inte upp i vikt som hen ska. Barnet kan också ha svårt att sova.*

*När barnet är mellan fem och sju år lossnar mjölkttänderna och ersätts av nya tänder. De kallas [permanenta tänder](#). Infektionen kan även spridas till en sådan tand. Skadan syns först när den nya tanden kommer fram.*

## Vad kan jag göra själv?

*Sköt barnets tänder på följande sätt:*

- Borsta tänderna morgon och kväll med tandkräm som innehåller fluorid.
- Ge barnet mat och dryck som är bra för tänderna.
- Undvik att ge barnet mat mellan måltiderna och under natten, så tänderna får vila.
- Låt barnet dricka vatten mellan måltiderna.
- Vara uppmärksam på nya tänder längst bak eftersom de är extra känsliga.

### Börja borsta när den första tanden kommer

En ny tand är extra ömtålig och känslig för karies. När de första mjölkttänderna börjar komma upp är det dags för barnet att lära sig hur tandborsten fungerar på ett mjukt och lekfullt sätt. Men du behöver alltid hjälpa barnet att borsta tänderna.

### Rent i munnen under natten

Ge inte barnet något annat än vatten som nattmål eller i nappflaska när hen ska sova. Maten ligger kvar i munnen hela natten. Det beror på att salivens egen förmåga att göra rent tänderna stannar av när barnet sover. Då ökar risken för karies.

Skulle barnet somna direkt efter måltiden är det bra att försöka göra rent i munnen med en mjuk tandborste och tandkräm med fluorid fast barnet sover.

Barn under tre år kan ha svårt att göra rent i munnen med saliven även när de är vakna. Det kan också barn med funktionsnedsättning ha. Då behöver barnet hjälp med att dricka vatten efter varje måltid.

### Titta efter nya tänder

Titta långt bak i barnets mun från fem års ålder så att du upptäcker de fyra första permanenta kindtänderna. De är mest känsliga för djup karies av alla nya tänder. Börja borsta dem så fort de har kommit upp. De är oftast groviga och kan vara svåra att komma åt med tandborsten.

### När och var ska jag söka vård?

Kontakta en tandvårdsmottagning om barnet har ett eller flera av följande besvär:

- Barnet verkar ha ont i en tand.
- Barnet är svullen och öm runt tanden.
- Barnet har svårt att tugga.
- Du ser vita fläckar på tänderna.

Vänta tills det blir vardag, om det är helg.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha sjukvårdsrådgivning. Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

### Undersökningar och utredningar

Från tre års ålder får alla barn besöka Folktandvården och därefter kallas de till regelbundna tandvårdsbesök. I en del regioner får barn komma till en tandsköterska redan från ett eller två års ålder. Hur ofta barnet får komma på besök kan variera.

### Hur går undersökningen till?

Det är oftast en tandläkare eller en tandhygienist som gör en kariesundersökning. Ibland kan en tandsköterska se något som ser ut som karies under en tandhälsoundersökning. Då kan hen be en tandläkare att titta om det är karies.

Det är viktigt att barnet känner sig tryggt under undersökningen. Ofta brukar personalen berätta vad de gör och låta barnet ställa frågor. Vårdnadshavare brukar få sitta på en stol bredvid, om barnet vill det.

För att upptäcka hål i tänderna använder personalen olika redskap. Tandens torkas först med tryckluft. Det känns som en lätt puff mot tanden.

Personalen undersöker sedan tanden med en spegel för att se om tanden har ändrat färg eller är genomskinlig. Det kan betyda att tanden är skadad. De använder också ett tunt och spetsigt instrument som kallas sond för att försiktigt känna på tanden. En frisk tand ska vara hård.

Tänderna röntgas också för att se om det finns karies mellan tänderna. De första röntgenbilderna brukar tas vid cirka fem års ålder eller när mjölkttänderna har växt så att de står i kontakt med varandra. Ser allting bra ut dröjer det oftast två eller tre år till nästa röntgenundersökning.

### Vad beror hål i tänderna på?

En tand består av krona och rot. Kronan är den del som syns i munnen, medan roten sitter fäst i käkbenet.

Nästan alla barn och vuxna har bakterier i munnen som kan ge hål i tänderna. Barns mjölkttänder påverkas snabbare av bakterier, eftersom de tänderna är tunnare än de permanenta tänderna. Då går det snabbare för bakterierna att nå tandnerven. Risken att få en infektion är större och det gör mjölkttanden svårare att laga.

### Bakterier och socker bildar syra

När barnet äter något med socker bildar bakterierna på tändernas yta en syra som löser upp emaljen. Saliven i munnen kan laga tandens yta om tanden får vila. Låt därför inte barnet småta mellan måltiderna. När du också borstar barnets tänder regelbundet försvinner bakterierna. Då minskar risken för att barnet får hål i tänderna.

När barnet väl har fått ett hål i tanden kan andra bakterier växa inne i hålet och nå in till tandnerven. Då får barnet till slut ont.

### Barn kan få karies av sina föräldrar

Barn kan få karies om bakterier sprids från vuxna närstående. Då ökar risken för att barnet får hål i tänderna i tidig ålder. Det är därför bra för barnens tänder att även närstående sköter sina tänder.

### Behandling

Det finns olika sätt att behandla hål i tänderna hos barn. Det beror på vad orsaken är.

### Förebyggande behandling

För att minska risken för karies kan sexårständerna skyddas med ett tunt lager av plast. Det kallas fissurförseglning. En del regioner erbjuder alla barn den här förebyggande behandlingen, medan andra erbjuder den utifrån barnets behov.

### Behandlingsplan och inskolning

Tandläkaren kan laga ett hål i mjölkttänderna på olika sätt. Det beror bland annat på barnets ålder. Tandläkaren gör en behandlingsplan tillsammans med barnet och vårdnadshavare.

Barn under tre år får ofta en tillfällig lagning som hindrar att hålet blir större. De flesta barn över tre år klarar oftast att få sina tänder lagade.

Det är bra om barnet får komma till tandläkarmottagningen för att öva och vänja sig vid situationen. Det brukar kallas inskolning och innebär att personal hjälper barnet igenom olika moment, steg för steg. Barnet får börja med en lätt situation, till exempel att få tänderna undersökta med en spegel i munnen. Personalen berättar först och visar sedan hur man gör. Barnet kan även få prova själv.

### Olika material för att laga tanden

Vilket material som tandläkaren använder för att laga tanden beror på hur stort hålet är och var det sitter.

Mjölkttändernas framtänder brukar inte lagas med fyllning utan slipas så att tandborsten kommer åt att göra rent. Om hålet finns i en mjölkta~~nd~~ längre bak fyller tandläkaren hålet med ett särskilt material som skyddar tanden mot karies.

### Ibland är det bäst att ta bort tanden

Ibland kan det vara så att en mjölkkindtand inte längre har betydelse för barnets bett. Tandläkaren kan då ta bort tanden i stället för att laga den.

Mjölk~~tänder~~ som har hål som når in till tandnerven tas nästan alltid bort. Om det har bildats var kring roten tas tanden alltid bort för att infektionen inte ska sprida sig.

### Bedövning och smärtlindring

Barnet kan få bedövning eller anv~~ä~~nd smärtlindring under behandlingen. Det kan till exempel vara lustgas, lugnande läkemedel eller i vissa fall narkos. Det kan användas om barnet är mycket oroligt eller att det inte går att rätta med behandlingen.

### Om barnet är oroligt inför tandvårdsbesöket

Om du tror att ditt barn är oroligt inför tandvårdsbesöket är det bra att fråga hur hen känner sig redan hemma. Att prata om oron kan få barnet att känna sig trygg. Det finns också filmer på internet som ni kan titta på tillsammans för att förbereda tandvårdsbesöket.

### MER PÅ ANDRA WEBBPLATSER

- 2 [Folktandvården](#)
- 2 [Privattandläkarna](#)

Senast uppdaterad:  
2022-03-17

Redaktör:  
Katja Oster, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:  
Helen Isaksson, tandläkare, Folktandvården, Region Jönköpings län, Jönköping

Illustratör:  
Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

Mer på 1177.se

### Borsta tänder på barn

Redan när ett barn får sin första tand är det bra att börja med tandborstningen. Om barnet vänjer sig tidigt får det lättare att göra tandborstning till en vana för barnet.

### Tandvårdsrädsla hos barn

Tandvårdsrädsla innebär att barnet är rädd och grolig för att få tandvård. Det kan påverka hur hen kan delta i undersökningar och behandlingar. Barnet kan till exempel vara rädd för att det ska göra ont. Ni kan få hjälp så att barnet blir av med rädslan.

### Bedövning och smärtlindring vid tandvård

De kan få lokalbedövning eller annan smärtlindring hos tandläkaren. Det får de för att det inte ska göra ont när de till exempel får en tand lagad. Barn brukar alltid få bedövning om de vill ha det.

## 1177 – tryggt om din hälsa och vård

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

### 1177 på flera språk

|

### Om 1177

|

### Kontakt

|

Behandling av personuppgifter

Hantering av kakor

Inställningar för kakor

1177 – en tjänst från Inera.