

## So bleiben deine Zähne gesund

### **Achtung: Zucker schadet deinen Zähnen!**

In vielen Sachen, die du isst, ist Zucker.  
Die Bakterien, die in deinem Mund sind, machen aus Zucker Säure.  
Die Säure schadet deinen Zähnen!



**Aus Zucker wird Säure. Säure schadet deinen Zähnen.**

### **Achtung: Sauer!**

Auch saure Sachen schaden deinen Zähnen.  
Es tut deinen Zähnen nicht gut, wenn du in eine saure Zitrone beißt oder eine saure Limonade trinkst.

**Lass es dir schmecken! Aber: Zähneputzen nicht vergessen!**

Lass dir die sauren und die süßen Sachen gut schmecken.  
Aber: Vergiss nicht, dir danach die Zähne zu putzen.









**Putze deine Zähne mit Zahnbürste und Zahncreme,  
damit sie gesund bleiben!**


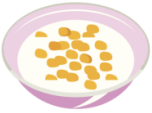










## Zucker kann deinen Zähnen schaden!

Achtung: Aus Zucker wird Säure!  
 Deshalb: Zähne mit Zahnbürste und Zahncreme putzen!

Wie viel Zucker enthalten die verschiedenen Lebensmittel und Getränke?  
 Kreuze die deiner Ansicht nach richtigen Felder an.

	Viel Zucker	Weniger Zucker	Kein Zucker
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Viel Zucker	Weniger Zucker	Kein Zucker
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Zähne-Rätsel

Schreibe die Antworten auf die fünf Fragen in die Lösungsfelder.

1. Was fressen die Bakterien in deinem Mund am liebsten?



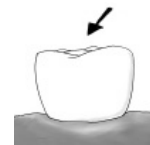
2. Was kommt aus der Bakterie in deinem Mund, nachdem sie gefressen hat?



3. Wer kontrolliert zwei Mal im Jahr deine Zähne?



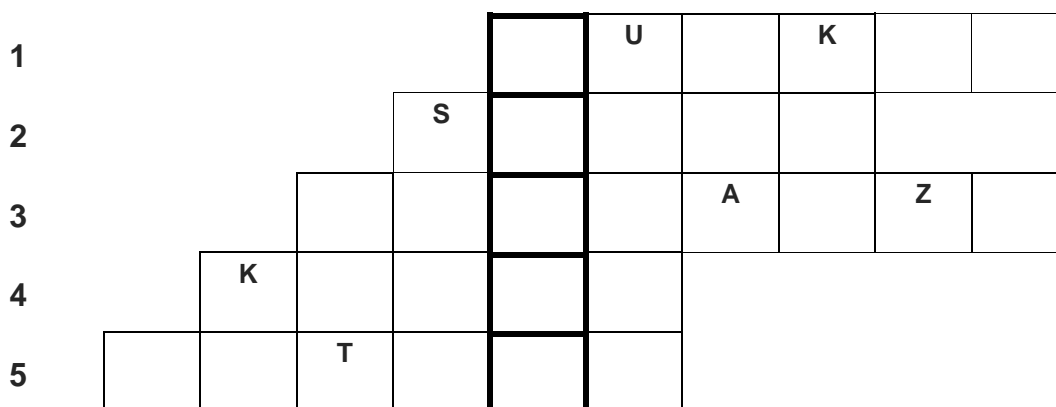
4. Wie heißt der Teil des Zahns, mit dem du beißt und den du von außen sehen kannst?



5. Was solltest du zwei Mal täglich mit deinen Zähnen tun?



Wenn du die Buchstaben in den fett gedruckten Kästchen von oben nach unten liest, hast du das gesuchte Lösungswort.

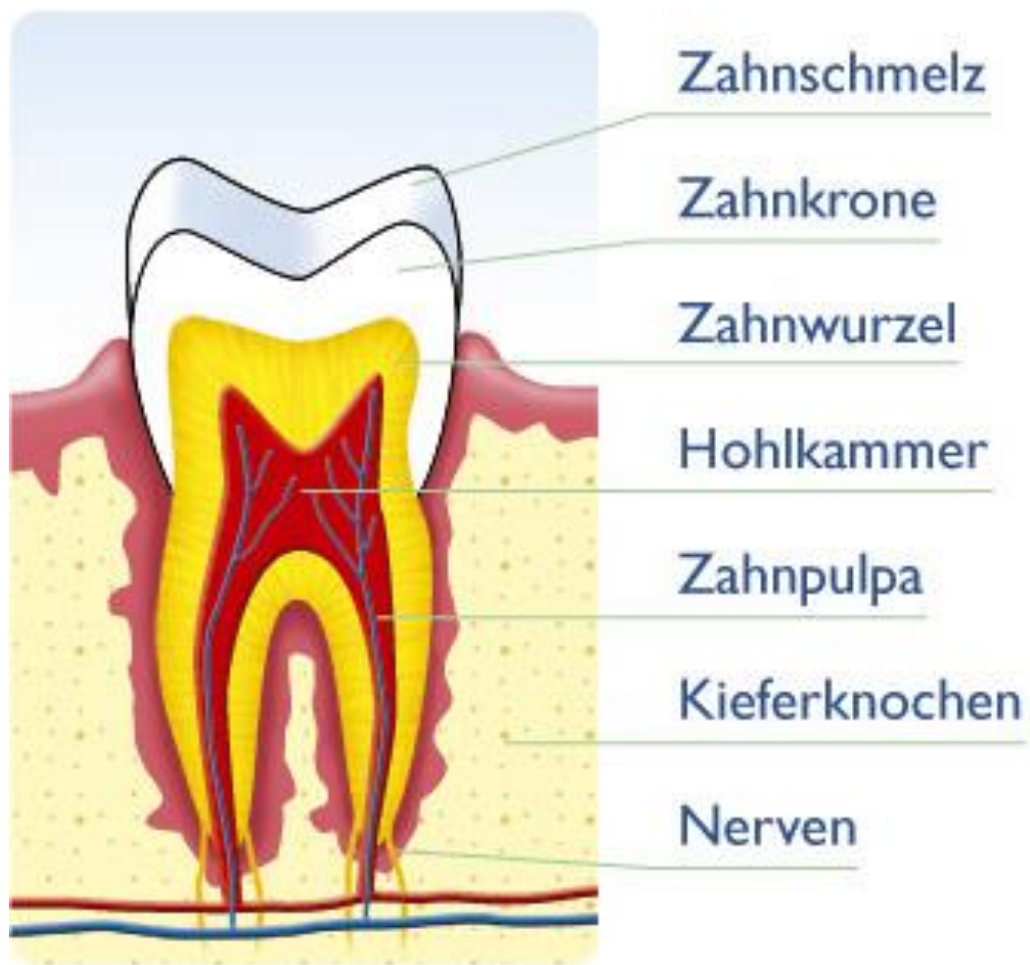


**So sollen deine Zähne nicht aussehen**



Quelle: Kosmetik transparent / Getty Images

### So sieht ein gesunder Backenzahn aus



Quelle: Kosmetik transparent / Getty Images

## Warum Zähne putzen?

