Η φροντίδα των δοντιών θα πρέπει να ξεκινήσει από τη στιγμή που εμφανίζονται οι πρώτες ομάδες δοντιών στο στόμα. Ο γονιός μπορεί να χρησιμοποιήσει μία μικρή γάζα εμποτισμένη σε νερό, με την οποία θα αφαιρεί τα υπολείμματα τροφών από τα δόντια του παιδιού. Φυσικά, σε τόσο μικρή ηλικία (1-3 ετών), δεν τίθεται θέμα βουρτσίσματος των δοντιών.

Μόλις σε κάπως μεγαλύτερη ηλικία (4 ετών και πάνω) αρχίζει το βούρτσισμα, στην αρχή με γονεϊκή επίβλεψη (κρίνεται απαραίτητη τουλάχιστον στο πρώτο διάστημα, για να μην καταπιεί το παιδί την οδοντόπαστα) και ακολούθως χωρίς αυτήν. Η οδοντόβουρτσα που θα επιλέξετε θα πρέπει να είναι μικρότερου μεγέθους από αυτή των ενηλίκων (κυκλοφορούν διάφορες τέτοιες στο εμπόριο).

Σιγουρευτείτε ότι κάθε παιδί έχει τη δική του ατομική οδοντόβουρτσα. Μην επιτρέψετε στα παιδιά να δανείζουν μεταξύ τους ή να δανείζονται από εσάς οδοντόβουρτσες. Τοποθετείστε επάνω στην οδοντόβουρτσα μικρή ποσότητα οδοντόπαστας, περίπου ίση με το μέγεθος ενός μπιζελιού (δε χρειάζεται μεγαλύτερη ποσότητα) και καθοδηγήστε το παιδί ώστε να βουρτσίσει τα δόντια του, όπως επίσης ακολούθως να αποβάλλει με τη βοήθεια νερού την ποσότητα του υγρού μίγματος που υπάρχει στο στόμα του. Εάν μία οδοντόβουρτσα πέσει κάτω ή χρησιμοποιηθεί από άλλο άτομο, θα πρέπει να προβείτε σε άμεση αντικατάστασή της. Αντικαταστήστε τις οδοντόβουρτσες κάθε 3-4 μήνες ή πιο σύντομα, εάν διαπιστώσετε ότι οι τρίχες τους έχουν χάσει τον τόνο τους ή έχουν αποκλίνει.

Πέρα από τη στοματική υγιεινή, θα πρέπει να φροντίσετε ώστε να έχει ισορροπημένη διατροφή, απαλλαγμένη από μεγάλα ποσά ζάχαρης. Μην του "χορηγείτε" με ευκολία τσίχλες, καραμέλες, τσιπς και διάφορα παρόμοια προϊόντα. Ωθήστε το στο να αποφεύγει την κατανάλωση αεριούχων ποτών που περιέχουν ζάχαρη ή άλλες ουσίες που μπορούν κυριολεκτικά να καταστρέψουν τα δόντια του. Πάνω απ' όλα, δώστε του εσείς το καλό παράδειγμα με το να αποφεύγετε τροφές και ποτά αυτού του είδους! Εξάλλου, οι παραπάνω κανόνες πρέπει να εφαρμόζονται και από τους ενήλικες προκειμένου να διατηρήσουν τα δόντια τους σε ικανοποιητική κατάσταση.

Η ιδανική στιγμή για την πρώτη επίσκεψη είναι 6 περίπου μήνες μετά την ανατολή των νεογιλών δοντιών. Όσο νωρίτερα γίνει η πρώτη επίσκεψη τόσο το καλύτερο, δεδομένου ότι τα οδοντιατρικά προβλήματα μπορεί να ξεκινήσουν πολύ νωρίς. Ο Οδοντίατρος θα σας συστήσει μέτρα πρόληψης κατά της τερηδόνας και θα σας παράσχει πολύτιμες συμβουλές όσον αφορά τη διατροφή του παιδιού, ορισμένες κακές έξεις που πιθανόν στο μέλλον να προκαλέσουν ορθοδοντικές ανωμαλίες κ.λ.π.

Δεν υπάρχει λόγος να ανησυχείτε για την πορεία αυτής της πρώτης επίσκεψης. Κατά κανόνα απαιτείται κάποια ψυχολογική προετοιμασία του παιδιού και τίποτα παραπάνω. Συνήθως η πρώτη επίσκεψη στοχεύει στον εγκλιματισμό του παιδιού και την οικοδόμηση ενός κλίματος εμπιστοσύνης ανάμεσα στο γιατρό και το παιδί. Αυτό θα βοηθήσει ώστε, όταν στο μέλλον απαιτηθεί οδοντιατρική παρέμβαση και θεραπεία, αυτή να γίνει απρόσκοπτα.

Θα πρέπει επίσης να αναφέρετε στον Οδοντίατρο την κατάσταση της γενικής υγείας του παιδιού και να προσκομίσετε αρχεία ιατρικού ιστορικού που τυχόν διαθέτετε και που αφορούν τη γενική υγεία του παιδιού σας.