



THISTED KOMMUNE

Sektion for Børnesundhed

# HVAD MED SUTTEN?

Anbefalinger fra Tandplejen,  
Sundhedsplejen og logopæderne.



## SUNDHEDSPLEJEN ANBEFALER

- At barnet først tilbydes sut, når amningen er etableret. Når I giver sutten første gang, er det bedst at vælge et tidspunkt hvor barnet er roligt og ikke græder. Så er det lettere for barnet at tage sutten. De fleste børn skal først lære det.
- At barnets sut rengøres og skoldes dagligt. Man rengør med vand og sæbe eller køkkensalt (dette gnides rundt på sutten), skyl grundigt sæben/salt af. Skold derefter sutterne i kogende vand i 5 minutter og tør dem.
- At forældrene med jævne mellemrum trækker i sutten, så det kan opdages, om den er ved at blive mør. Er sutten mør eller misfarvet, skal den smides væk.
- Sut aldrig selv på sutten, da der kan overføres bakterier, som kan være med til at give huller i tænderne.



## TANDPLEJEN ANBEFALER

- At sutten bruges mindst muligt. Helst kun ved sovetid og når der trøstes. Jo mere sutten bruges, jo større risiko for varigt suttebid.
- At der ikke bindes noget tungt i sutten, da den så giver et større pres på fortænderne og derved øger risikoen for suttebid.
- At sutten ikke dyppes i noget sødt, da det giver større risiko for huller, specielt i fortænderne.
- At barnet vænnes fra sutten senest omkring 3 års alderen. Et evt. suttebid vil da oftest rette sig selv.



Normalt bid



Suttebid

## LOGOPÆDERNE ANBEFALER BEGRÆNSET BRUG AF SUT

- Da det kan påvirke udviklingen af barnets udtale og resultere i en atypisk sprogudvikling
- Da for meget brug af sut kan forhindre tungen samt de øvrige taleorganer i at blive trænet op
- Da for meget brug af sut kan gøre det svært for barnet at komme til at øve sig og eksperimentere med sproglydene
- Da for meget brug af sut kan gøre det svært for tungen og læber at blive placeret rigtigt til de forskellige lyde