

Hambahaldja legend hakkas levima Ameerikas seoses moodsa elukultuuriga - kui vanasti oli kombeks hammas ahju otsa visata, siis uutest ahjudeta majades see võimalus puudus, nii ilmus välja hambahaldjas - võlur, kes kogub öösel kokku laste ära tulnud piimahambaid.

MUINASJUTT HAMBALDJUST

Kõrgel, kõrgel taevas, kõrgemal veel kui pilved, päike, kuu ning tähed asub Hambahaldjamaa, kus elab kaunis Hambahaldjas koos oma tublide abilistega. Nad kõik on väga sõbralikud, hoolivad teineteisest ning samuti oled sina neile väga tähtis. Kui sa nüüd oma silmad suled ja minu jutustust kuulad, saad endale ette kujutada, milline Hambahaldjas on - kindlasti naeratab ta sulle lahkelt vastu.



Hambahaldjas on keskmist kasvu naine, kellel on väga õrn nahk ja kaunid pikad juuksed. Tal on säravad hambad ning võluv naeratus. Kuigi ta näeb väga noor välja, nii et mõnikord peetakse teda koguni lapseks, on ta tegelikult väga väga väga vana. Ta on juba nii vana, et ei tea enam isegi oma vanust, mida ta aga kindlasti mäletab on oma sünnipäev - see on 1. jaanuaril. Päris oma nime, nagu lastel on, Hambahaldjal polegi, kuid läbi aegade on lapsed pannud talle palju hüüdnimesid. Ka sina võid Hambahaldjale nime välja mõelda. Nii nagu haldjatele ja võluritele kohane, on ka Hambahaldjal olemas võlukepikene ning samuti oskab ta ka lennata. Oma võluvõimed sai Hambahaldjas juba sündides kaasa.

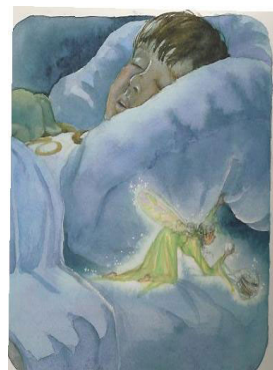


Laste ära tulnud piimahammaste kogumist alustas juba hambahaldja ema väga- väga kaua aega tagasi, ammu enne seda, kui sinu ema ja isa veel lapsed olid. Täpne aasta pole küll teada, kuid sel ajal ei maganud lapsed veel pehmetel patjadel ja voodites, nagu sina praegu. Sageli olid nende külje all ainult hein ja kuivanud puulehed.

Oli selle algusega kuidas oli, kuid kui lapsel tuleb kiku ära, hakkab Hambahaldjamaal helisema kelluke, mis annab märku välja tulnud logisenud hambast. Kuna aga kogu maailmas tuleb pidevalt kellelgi hammas ära, siis heliseb see kelluke Hambahaldjamaal vahet pidamata. Seetõttu peavad Hambahaldja abilised pidevalt vahti ning jälgivad kaardilt ja oma võluraamatust millisel lapsel milline hammas ära tuli ja kus see laps täpselt elab ning teevad siis Hambahaldja jaoks nimekirja, kelle juurde ta sellel öösel jõudma peab. Ja seda

lendamist siia ja sinna on hambahaldjal palju. Kuna tal on kogu aeg kiire, et ikka kõigi lasteni jõuda, siis on mõnikord öises taevas näha ka tema lendamise jälgi - helendavat juttu, mida suured inimesed peavad langevaks täheks.

Nii nagu võluritele kohane pääseb hambahaldjas, mustkunsti salajasi võtteid kasutades, inimeste kodudesse läbi aknaklaasi. Reeglina teeb ta seda öösel, sel ajal kui lapsed magavad. Kuigi Hambahaldjas suudab väga kiiresti lennata, ei pruugi ta jõuda öö jooksul alati kõigi lasteni, kuna peab mõnes kohas ootama, kuni laps uinub. See kuidas Hambahaldjas teab, kas sa magad, mitte ei teeskle on muideks osa tema võluvõimest. Mõnikord segab lendamist ka väga halb ilm. Kui Hambahaldjas ei jõua sinu juurde



kohe esimesel ööl, kui oma ära tulnud piimahamba padja alla pistsid, tuleb ta kindlasti mõnel järgmisel - peaasi et sa oma hamba nähtavale kohale jäta ja lootust ei kaota. Hambahaldjas tuleb kindlasti. On juhtunud, et laps neelab magades oma logiseva hamba alla või kukub see mänguhoos välja. Kuid niipea kui sul hammas ära tuleb, teab sellest kohe ka Hambahaldjas. Tavaliselt saadab ta siis esmalt mõne oma abilistest kadunud hammast otsima. Kui sinul logisev hammas on kaduma läinud ja sa seda ka suure otsimise järel üles ei leia, ära muretse. Võid kirjutada Hambahaldjale lihtsalt väikse sedeli „Kaotasin oma logiseva piimahamba ära!“ ja pista selle oma padja alla. Sellest paberist piisab, et Hambahaldjas sind öösel külastaks ja väikese üllatuse hamba eest sulle tänutäheks jäta.

Tavaliselt toob Hambahaldjas hamba asemele raha- metallmündi, sest ta usub, et lapsed on piisavalt targad ning oskavad raha koguda, mitte ei kuluta seda maiustuste või limonaadi peale. Mõnikord toob ta ka väikseid mänguasju või midagi mida väga väga soovinud oled või vajad. Ükskord tõi ta ühele lapsele isegi koerakutsika, kuid seda ta rohkem ilmselt ette ei võta, sest koer kaenlas on väga raske lennata. Hambahaldjat aitavad ka paljud suured head inimesed, kes talle salaja raha saadavad. Võib-olla oled ka sina suureks saades nii lahke, et annetad Hambahaldjale veidi raha, et ta saaks seda lastele jagada. Hamba eest raha saamine pole tegelikult aga kõige tähtsam - palju olulisem on, et sa jagad kasvamise rõõmu oma perega, sest hammaste vahetumine näitab, et sa kasvad, järelkult saad vanemaks, osavamaks ja ka targemaks. Jäta see aeg endale meelde, kui sul hammas ära tuleb, et saaksid sellest kunagi ise ka oma lastele rääkida.

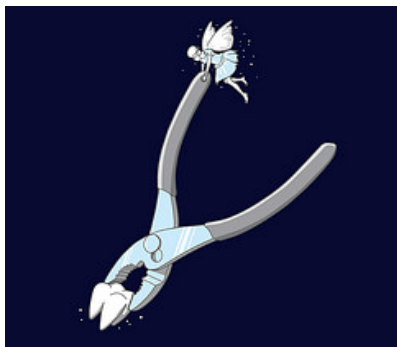


Hamba loksumine ja ära tulemine võib tulla nii sulle kui ka sinu vanematele üllatusena. Mõnel lapsel algab see 3 aastastelt, mõnel alles 7-selt, keskmiselt aga 5-6 aastastelt. (vaata lõpust Hammaste lõikumine ja vahetumine)

Loksuvast hambast lahtisaamiseks on palju erinevaid võimalusi. Mõni laps laseb oma hamba ümber siduda tugeva niidi, mille teine ots kinnitatakse uksele külge ja siis lükkab keegi ukse lahti ja hammas jääbki niidi otsa - aga sel juhul peab hambale niidi väga hästi ümber saama. Nii saab hambast kõige kiiremini lahti. Mõni teine laps aga hammustab õuna ja õun väänab loksuva hamba suust välja. Loomulikult võib oma hammast ka edasi-tagasi loksutada ja igapidi väänata, kuid ilmselt teeb see liigselt valu ja võtab aega.



Hamba väljatõmbamisel võib käes hoida pabertaskurätti, et hammas sõrmede vahelt ära ei libiseks. Pärast tõmbamist võib tulla hästi natuke verd - siis loputa suud paar korda külma veega ja veri jääbki kinni. Seda verd ei tasu karta, sest see on paha veri ja peabki välja tulema. Hamba välja saamisega ei tasu aga ka liigselt kiirustada - hammas tuleb alati välja õigel ajal, sest teda surub altpoolt kasvav jäävhammas.



Mõnikord aga ei taha tagumised hambad hästi ära tulla, kuigi uus hammas juba kasvab tema all, siis tuleb küll minna hambaarsti juurde, kes selle kiiresti ja valutult välja tõmbab. Hambaarst on Hambahaldja kõige suurem sõber, samuti on ta sinu sõber, pea see alati meeles! Hamba tõmbamise ajal pead sa olema liikumatult, muidu ei saa arst hambast hästi kinni haarata. Sul ei ole tõesti vaja muretseda, kas see on valus või

mitte. Kui hammas on välja tulemiseks valmis ja seda tehakse õigesti, siis tunned sa ainult väikest näpistust ja üllatus sõrmede vahel näha alles suus olnud hammast paneb unustama väikese hirmu mida tunda võisid.



Igal ööl kogub Hambahaldjas kokku umbes 300 tuhat hammas, mis on laste suust ära tulnud ning praeguseks on koos umbes 566 884 585 218 216 hammas ja nende seas on kuskil ka sinu piimahambad.

Lastelt kogutud hambaid kasutatakse Hambahaldjamaal peaaegu kõige ehitamiseks. Iga hammas pestakse ja poleeritakse hästi hoolikalt kuni nad on kõik säravvalged. Siis panevad Hambahaldja abilised kõik hambad erilistesse karbikestesse, kus neid hoitakse seni kuni midagi uut on vaja ehitada või mõnda vanemat ehitist parandada.



Samuti valmistatakse nendest haldja tolmu, mida Hambahaldjas kasutab siis kui keegi juhuslikult teda märkama juhtub. Haldja tolmu võluvägi pärinebki suuresti laste hammastest. Nii, et pea meeles- iga kord kui sa südamest naerata koguneb sinu hambasse õnnelikku võlujõudu, mis on vajalik Hambahaldjale!



Kui sa soovid oma äratulnud hamba endale hoida siis ole hea ja jäta Hambahaldjale selle kohta paberil teade, et ta sinu hammast kaasa ei võta. Üllatuse saad sa hamba eest tasuta sellegipoolest. Kuid pea ikka meeles, et Hambahaldjamaal on vaja väga palju hambaid ja kui kõik lapsed jätaksid hambad endale, laguneks Hambahaldjamaa koost ning haihtuks. See olek küll kurb?!

Ja veel on väga tähtis, et sa oma piimahambaid korralikult iga päev puhastaksid, sest katkistest hammastest ei saa ju hambahaldjamaal midagi ehitada ega haldjatormu valmistada.

Enda hambaid saad sa tervetena hoida pestes neid igal hommikul ja õhtul vähemalt kaks minutit ja veel parem kui lased kindluse mõttes emal või isal need üle pesta.

Samuti hambasõbralikult toitudes - süües 5-6 korda päevas ja maiustades vaid iga söögikorra lõpus. Kui sul söögikordade vahel on janu, siis joo ainult puhast vett, sest limonaad ja muud kihisevad joogid on sinu hammaste vaenlased. Hambahaldjale endale meeldivad tervislikud toidud, eriti maitsevad talle aga puuviljad ja juurviljad. Järgmisel korral võid sinagi Hambahaldja jaoks oma voodi kõrvale jätta ühe porgandi või õuna :)



Ja kui sa suureks saad siis võib ka sinust saada Hambahaldja abiline- selleks pead sa oma hambaid hästi hooldama nii nagu ma just rääkisin ja olema teiste vastu lahke ning viisakas.

Selline oli siis lugu kaunist ja sõbralikust Hambahaldjast. Kahjuks pole seni kellelgi õnnestunud fotoaparaadiga teda pildistada, kuna fotole jääb alati tühi koht. Kuid teate mis, äkki teie võiksite temast pildi joonistada?

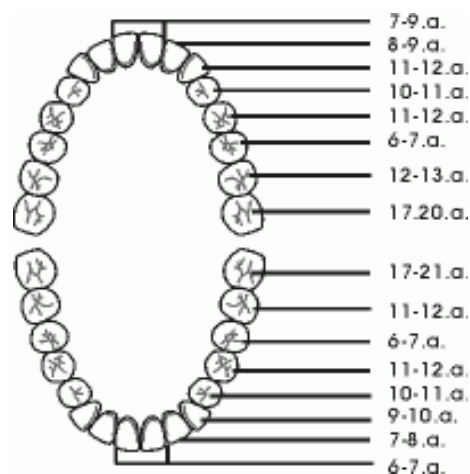
* * *

Hammaste lõikumine ja vahetumine

Ülemised hambad	Hammaste lõikumine	Piimahammaste vahetumine
Keskised intsisiivid - kaks keskmist hammast (pildil tähistusega 2)	8 – 12 kuud	6 – 7 aastasel
Külgmised intsisiivid - vasak ja parem keskmiste kõrval (pildil tähistusega 3)	9 – 13 kuud	7 – 8 aastasel
Kaniinid ehk silmahambad (“Dracula” hambad) (pildil tähistusega 7)	16 – 22 kuud	10 – 12 aastasel
Esimesed molaarid - esimesed suured tagahambad (pildil tähistusega 5)	13 – 19 kuud	9 – 11 aastasel
Teised molaarid (esimeste molaaride taga) (pildil tähistusega 9)	25 – 33 kuud	10 – 12 aastasel
Alumised hambad		
Keskised intsisiivid (pildil 1)	6 – 10 kuud	6 – 7 aastasel
Külgmised intsisiivid (pildil 2)	10 – 16 kuud	7 – 8 aastasel
Kaniinid (pildil 4)	17 – 23 kuud	9 – 12 aastasel
Esimesed molaarid (pildil 6)	14 – 18 kuud	9 – 11 aastasel
Teised molaarid (pildil 9)	23 – 31 kuud	10 – 12 aastasel



Hammaste lõikumine suhu



Piimahammaste vahetumine jäävhammasteks