Береги зубы с детства

Улыбка – одна из составляющих успеха в жизни каждого человека. Потому заботиться об её красоте, а значит, и о здоровье зубов нужно с раннего детства. Всем основам ухода за полостью рта, ребенка должны научить именно родители. Они должны на своём примере показать ежедневный правильный уход.

Памятка для родителей:

- всей семьей чистить зубы утром и вечером;
- соблюдать правильную технику чистки; применять ополаскиватели;
- посещать стоматолога один-два раза в год.

В идеале первые зубы появляются в возрасте 6-8 месяцев. До их появления за полостью рта ухаживают с помощью салфетки.

До года чистить молочные зубы нужно специальными палочками.

Когда все молочные зубы появились (примерно до 2 лет), можно использовать зубную щетку с мягкой щетиной, а зубная паста не должна содержать фтор.

С 3 до 6 лет можно применять зубные пасты с низким содержанием фтора.

В 6-7 лет прорезывается первый постоянный зуб. Постоянные зубы окончательно формируют прикус. Если прикус неправильный, то как можно раньше обращайтесь в стоматологию.

С 12 лет до совершеннолетия завершается процесс созревания эмали. В этом возрасте необходимо регулярно посещать стоматолога для удаления зубного налета.

Правила ухода за зубами

Правило первое: заботиться о зубах нужно с самых первых, молочных.

Широко распространено мнение, что молочные зубы не подлежат лечению. Это опасное заблуждение!

Во-первых, болезни молочных зубов, если их не лечить, передадутся постоянным зубам. В худшем случае, когда воспаление переходит на окружающие ткани, зачаток постоянного зуба может вообще погибнуть. Во-вторых, если вы не научили ребёнка ухаживать за своими зубами правильно сразу, то переучивать потом гораздо сложнее. Кстати, по статистике более 90% людей чистят зубы неправильно, но это тема отдельного разговора.

Правило второе: не реже чем раз в полгода необходимо появляться у стоматолога.

Не замеченный и не вылеченный вовремя кариес в лучшем случае приведет к серьезному лечению зубов, в худшем — к их потере. Если же кариес обнаружен на ранней стадии, то эмаль можно укрепить с помощью специального раствора и избежать сверления и пломбирования зубов.

Правило третье: неокрепшим детским зубам нужна помощь.

Большую роль в предупреждении кариеса играет герметизация фиссур – бороздок на жевательной поверхности зуба. У детей эмаль в области фиссур тонкая. А поскольку там легко скапливаются остатки пищи, – это «излюбленное» место детского кариеса. Предупредить развитие кариеса можно с помощью герметизации фиссур, то есть "запечатав" бороздки специальным герметиком. Оптимально проведение герметизации постоянных зубов сразу после их прорезывания.

Вот такие простые правила помогут сберечь зубы вашему ребёнку, ведь детство должно смеяться широкой белозубой и здоровой улыбкой. На то оно и детство!

Правила охраны зубов

1. Как поел, почисти зубки,
   Делай так два раза в сутки.
2. Предпочти конфетам фрукты,
   Очень важные продукты.
3. Чтобы зуб не беспокоил,
   Помни правило такое:
   К стоматологу идём
   В год два раза на приём!

МДОУ детский сад № 122 г. Сочи