

Когда следует начинать чистить ребенку зубы?

Начинать очищать полость рта новорожденного следует с первых дней его появления на свет. В начале для этих целей можно использовать мягкую махровую тряпочку, смоченную в теплой кипяченой воде или специальную щетку-напалечник. Благодаря этой процедуре полость рта очищается от остатков пищи и слизи. Кроме того, это хороший массаж десен и языка.



После прорезывания первого зуба можно еще какое-то время использовать щетку-напалечник, но затем следует перейти на мануальную зубную щетку, предназначенную для детей от 4 до 24 месяцев. У такой щетки достаточно крупная, удобная для удержания взрослым человеком ручка, что упрощает задачу родителей.

Когда ребенка следует показать стоматологу?

после двух лет или в возрасте около трех лет, посетить стоматолога просто необходимо.

Поскольку, начиная с этого возраста, можно проводить профилактические мероприятия и контролировать эффективность их действия.

Как часто следует чистить зубы?

Чистить зубы необходимо не менее 2-х раз в день, но лучше каждый раз после еды, особенно после основных приемов пищи, а после – промежуточных – прочистить межзубные промежутки флоссом (зубной нитью) и прополоскать рот, лучше фторсодержащим ополаскивателем, а при его отсутствии – водой.

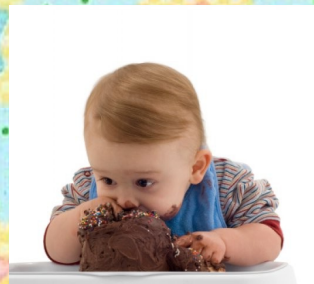


Какая должна быть щетина на зубных щетках?

У детских зубных щеток щетина должна быть только мягкой или очень мягкой. Кончики щетинок должны быть закруглены, чтобы не стирать эмаль зубов и не травмировать десны.

У кого развивается кариес?

Кариес развивается в любом возрасте и в любых зубах, особенно он процветает, когда



для этого создаются все благоприятные условия. В тех семьях, где родители или любящие бабушки и дедушки пичкают своих ненаглядных деточек, внушек и внучков, конфетками, тортиками, пирожными и прочими сладостями, боясь разгневать любимое чадо отказом и ограничением, у детей кариес проявит себя в полной красе и в очень раннем возрасте. Родители, будьте особенно внимательными, если обнаружите на поверхности зубов белые, желтые или коричневые пятна, а также, если зуб ребенка реагирует на холодную, горячую или сладкую пищу. Эти признаки могут свидетельствовать о поражении зуба кариесом.

Чем опасно заболевание десен?

Единственный путь сохранения здоровых десен тот же, что и при профилактике заболевания зубов – тщательное ежедневное удаление зубного налета или, иначе говоря, чистка зубов и прилегающих к ним десен.



Признаки заболевания десен:

- * кровоточивость при чистке зубов;
- * отечность и покраснение;
- * болезненность;
- * «отхождение» от зубов;
- * появление гноя при надавливании на десну;
- * изменение положения зубов, их подвижность, выдвигание зубов вперед;
- * «удлинение» зубов из-за «оседания» десны;
- * изменение положения зубов при смыкании челюстей.

Полезно ли жевать жевательную резинку?

Сразу же после еды жевание резинки способствует очищению жевательных поверхностей зубов. Но при этом нетронутыми остаются межзубные промежутки, а именно там скапливаются основные



остатки пищи, провоцирующие кариес. Такого же эффекта, как от жевательной резинки, можно добиться, если после приема пищи съесть, например, морковку или яблоко. Еще лучше воспользоваться обычной деревянной зубочисткой. С другой стороны, жевание стимулирует выработку желудочного сока. Если сразу после еды это достаточно полезно, то на голодный желудок это может привести к ожогу слизистой оболочки желудка, а в дальнейшем – к гастриту или язвенной болезни. Вкусовые добавки и ароматические отдушки, добавляемые в жевательную резинку, помогают на какое-то время избавиться от неприятного запаха изо рта. Однако дезодорирующий эффект от жевательной резинки быстро проходит.

Береги зубы смолоду!

Всего тебе



ГБУЗ «Центр медицинской профилактики»
министерства здравоохранения
Краснодарского края