

*Консультация на тему:
Здоровые зубы – залог
здоровья!*

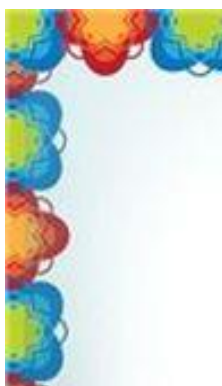
Выполнила: Ильина А.М.

Кариес зубов - это патологический процесс, при котором происходит очаговая деминерализация и размягчение твёрдых тканей зубов с последующим образованием дефекта в виде полости, появляющийся после прорезывания зубов.

Больше всего кариес поражает зубы у детей. Преждевременное разрушение молочных и постоянных зубов ведёт к неправильному формированию зубочелюстной системы и может привести к возникновению хронических очагов инфекции, которые в свою очередь, могут стать причиной таких грозных заболеваний у детей, как ревматизм и патологическое изменение сердечно-сосудистой системы. Что нужно делать, чтобы сохранить зубы белоснежными и здоровыми? Даже трёхлетний малыш уверенно ответит: регулярно чистить зубки! Ещё следует своевременно посещать стоматолога и есть поменьше сладкого.

Родители играют важную роль в сохранении зубов ребёнка. Именно они начинают первый уход за полостью рта ребёнка. Очень важно поддерживать у ребёнка желание ухаживать за зубами.

Детские зубы занимают определённое пространство во рту и рано утраченный зуб может привести к тому, что сменяющий его постоянный зуб вырастет кривой. Инфицированные молочные зубы, могут стать причиной раннего заболевания постоянных зубов. Кроме того, более крупные постоянные зубы вырастают рядом с более мелкими, в результате возникает много неровностей и участков, где могут скапливаться остатки пищи. Поэтому важно, чтобы дети чистили зубы 2 раза в день, с использованием фторосодержащей зубной пасты. Родителям следует контролировать как ребёнок чистит зубы, помогает ему чистить те участки зубов, которые он пропустил.



Существуют *следующие правила* которые необходимо соблюдать:

-Зубы надо чистить 2 раза в день - утром и перед сном.

-Процедура чистки зубов должна занимать 2 минуты, особенное внимание уделяйте жевательным поверхностям зубов и задним зубам, где полости образуются раньше всего.

-Используйте маленькую(как горошина)капельку детской фторосодержащей зубной пасты.

-Следить чтобы ребёнок выплёвывал остатки зубной пасты и тщательно полоскал рот.

-Не разрешайте детям пользоваться чужими зубными щётками.

-Зубы ребёнку надо чистить щётками с очень мягкой щетиной, которая специально разработана для детей.

-Убедитесь что вы выбираете размер щётки с учётом возраста вашего ребёнка.

-Меняйте зубную щётку ребёнка каждые три месяца или ранее, если на щётке появились признаки износа.

-Грамотно организованный приём пищи, с тщательным подбором соответствующих продуктов, является основой белоснежной улыбки ваших детей в будущем.

Соблюдая все эти рекомендации, вы не только сохраните зубы ваших детей, но и будете способствовать укреплению здоровья вашего ребёнка в целом.