

Консультация для родителей: «Береги зубы смолоду»

Зубы ребенка, несмотря на их внешний вид, состоят из такой же живой ткани, как и любая часть тела. Родители должны помнить, что нельзя облизывать пустышки и столовые приборы малышей, так как со слюной взрослого ребенку передаются болезнетворные микробы, вызывающие молочницу, кариес и др.

С момента появления ребенка на свет и до прорезывания первого зуба основными средствами по уходу за полостью рта младенца являются кипяченая вода и стерильная мягкая гигиеническая салфетка, которой, по возможности, аккуратно протирают полость рта ребенка утром и вечером.

С появлением первого зуба у ребенка должны появиться первая паста и первая щетка! Зубы младенцев нуждаются в ежедневном уходе также как и зубы взрослых. Цель — удаление зубного налета, накапливающегося в ямках зубов, между зубами, между зубом и десной. Бактерии зубного налета питаются сахарами, выделяя при этом кислоту. Она растворяет эмаль, начинается процесс разрушения твердых тканей зуба, приводящий к развитию кариеса. При этом может начаться воспаление десен и постоянные зубы изначально будут больными. Еще одна опасность зубного налета — превращение его со временем в зубной камень, провоцирующий болезни десен.

Ранний и грамотный уход за детскими зубами — это основа здоровых зубов на всю жизнь. От наличия всех молочных (но здоровых) зубов зависит правильное формирование челюстных костей. Раннее их удаление (или выпадение) приводит к развитию неправильного прикуса, что влияет на формирование правильного звукопроизношения.

Чистить нужно даже один зуб. Очень тонкий слой пасты наносится на марлевую салфетку или зубную щеточку и зубки протираются вертикальными движениями. По окончании зубки протираются зубной щеткой или марлевой салфеткой, смоченной водой. При этом ребенку обязательно нужно дать поиграть с его зубной щеткой. Этот воспитательный момент имеет большое значение, т. к. ребенок с раннего возраста привыкает к регулярным процедурам чистки зубов.

Самостоятельно ребенок не сможет качественно очистить зубы до 6—7 лет, т. к. его моторные навыки несовершенны из-за незрелости нервной системы. Ускорить этот процесс невозможно. До школьного возраста ребенок лишь тренируется, а чистка зубов ребенка осуществляется родителями.

Чистка зубов у детей дошкольного возраста выглядит следующим образом:

- сначала ребенок должен, подражая родителям, почистить зубы сам. Для большей увлекательности процесса используются сказки, яркие щетки, стихотворения и т.п.;

- далее родитель должен почистить ребенку зубы. При этом нужно выбрать удобное положение.

Ниже рекомендуемые варианты:

1. Родитель встает за спиной ребенка перед зеркалом и, смотря в зеркало, чистит ребенку зубы. Способ удобен тем, что родитель совершает движения, схожие с собственным процессом чистки зубов.

2. Родитель садится на диван и кладет голову ребенка на колени. Этот вариант удобен тем, что у родителя есть полный обзор полости рта ребенка.

Чем старше ребенок, тем уверенней становятся его навыки. К 7 годам ребенок чистит зубы сам со знанием дела. Поэтому со стороны родителей достаточно обеспечить контроль за регулярностью и качеством гигиены.

Школьники должны пользоваться собственной пастой. У детей школьного возраста зубы активно меняются, а процесс созревания эмали длится еще несколько лет после прорезывания (до 17—18 лет). Надо приучить их пользоваться зубной нитью (флоссом). Нить вычищает остатки пищи из межзубных промежутков. Именно там чаще образуется кариес.

Не забывайте минимум два раза в год водить детей к стоматологу.

Все описанные процедуры и походы к доктору помогут Вам вырастить детей, которые не будут знать что такое зубная боль.