

БУ «ЛГБ» ООМПНОО

«Кариес и как его предупредить»

Кариес молочного зуба представляет собой очаг инфекции в полости рта вашего малыша (простудные заболевания, неприятный запах изо рта). Молочный зуб является мостиком для питания постоянного зуба (зачатка зуба). Болезнетворные бактерии при кариесе молочного зуба негативно повлияют на постоянный зуб. Смена молочных зубов начинается с 6 лет, а заканчивается в 12 лет! Каждый зуб должен простоять и прожить свой срок. Поэтому очень важно сохранить молочный зубик, так как при его раннем удалении происходит неблагоприятное изменение прикуса (неровные зубы) и постоянный зуб может прорезаться не на своё место.

Как сохранить здоровье зубов

Поход к стоматологу два раза в год. Профилактика и регулярный контроль специалиста помогут ликвидировать проблемы в зачатке, сохранить много денег и нервов, в том числе зубных. При появлении пятен на молочных зубах для обработки их раствором серебра. «Серебрение» пятен будет способствовать их быстрой консервации, окрашенные участки приобретают тёмный цвет.

Соблюдайте гигиену полости рта. Чистить зубы надо регулярно и правильно. Чистить зубы следует минимум дважды в день. Оптимальное время чистки зубов – около двух минут активных движений.

Правильно выберите щетку и пасту. Зубная щетка должна быть мягкой, с упругой искусственной щетиной. Менять щетку нужно каждые 2-3 месяца. Полоскать рот после еды.

Принимайте поливитамины два раза в год – весной и осенью.

Предохраняйте зубы от кислот и сахара.

Постарайтесь сократить потребление сахара и сладких газированных напитков. Помните, что сахар способствует развитию и поддержанию жизнедеятельности бактерий.



Подготовила : Медсестра Н.Н. Иванова