

Уважаемые родители!

ВАЖНО ЗНАТЬ!

Правильный уход за полостью рта и своевременное посещение **ВРАЧА-СТОМАТОЛОГА** является основой профилактики кариеса, стоматита и заболеваний зева.



Зубы – органы в ротовой полости человека (ребенка), служащие для первичной механической обработки пищи, они состоят из дентина с пульпой и коронкой, снаружи покрытой эмалью, а корни покрыты цементом, расположены внутри десны и прикреплены к челюсти.

Кроме жевания и глотания язык, нёбо и зубы играют важную роль в постановке звуков и формировании речи. А речь – главное средство социального общения.

Молочные зубы выполняют особую функцию: они направляют рост постоянных зубов и если молочные зубы выпадут слишком рано или будут удалены, то соседние зубы могут сместиться. Из-за этого постоянные зубы прорежутся неровно, что приведет к аномалиям прикуса, которые способствуют быстрому стачиванию эмали.

Фтор является необходимым минеральным веществом, которое делает наши зубы прочными и устойчивыми к кариесу. Под действием фтора эмаль зубов становится более твердой. Основным источником фтора для организма является питьевая вода, а также зубные пасты, содержащие фтор.

Родители должны помнить, что агрессивная пища является одним из основных факторов разрушения эмали зуба, это пища холодная или горячая, жесткая, липкая и сладкая. После приема сладкого необходимо, по возможности, почистить зубы или прополоскать рот.

На состояние зубов влияет не только состав пищи, но и ее физическая форма. Старайтесь включать твердые продукты в ваш ежедневный рацион. Побуждайте детей есть яблоки, морковь.

В дошкольном возрасте важно объяснить детям необходимость ежедневной чистки зубов. При обучении зубной пастой можно не пользоваться, чтобы облегчить процесс чистки зубов и контроль за ним. Но зубная щетка и футляр для нее должны быть у каждого ребенка. Детям необходимо понять важность ухода за зубной щеткой и ее правильного хранения после каждого применения. После каждой чистки зубов щетку нужно промыть в проточной воде, аккуратно стряхнуть излишки воды. Детям рекомендуется пользоваться щеткой с небольшой головкой и мягкой, с закругленными (полированными) концами щетины. Время от времени нужно проверять состояние зубной щетки, обычно ее меняют каждые 3-4 месяца.

Ваше руководство и контроль очень важны, когда дети учатся как держать зубную щетку, как расположить щетину щетки у зубов и десен, каким способом передвигать щетку от зуба к зубу.

Ваше внимание и забота будут залогом того, что у ваших детей будут здоровые зубы и красивая улыбка!