

Следи и чисти с первого зуба

Здоровье зубов ребёнка - ответственность родителей. Хорошее здоровье зубов само по себе не появляется. Первый зуб обозначает новый этап в развитии ребёнка и тогда важно обзавестись хорошими привычками в питании и чистке зубов.

Зуб намечается.

Как правило первыми прорезаются мелкие нижние резцы. Это происходит обычно в возрасте 6-8 месяцев, но первые зубы могут появиться как раньше, так и позднее. Потом появляются передние зубы наверху, далее – самые ближние коренные зубы, клыки, в конце – самые дальние коренные зубы. У большинства детей все молочные зубы (10 наверху и 10 внизу) появляются к возрасту 2 ½-3-х лет.

Больно ли когда режутся зубы?

Совершенно обычным является то, что у детей чешутся дёсны, когда режутся зубы и дети хотят запихнуть что-нибудь в рот. Дайте ребёнку жевательное кольцо из твёрдого пластика или резины, но не с острыми краями.

Некоторые дети становятся беспокойными, капризными, при прорезании зубов может появиться небольшая температура. Но жар никогда не должен быть сильным и продолжительным.

Пустышка или палец?

Сосание большого пальца или пустышки хорошо успокаивает маленького ребёнка. Сосание может привести к неправильному прикусу и неправильному расположению зубов, но, как правило, зубы сами встанут на место, если ребёнок



Первый зуб можно «отпраздновать» маленькой мягкой зубной щёткой. Приучивание к чистке зубов должно начинаться в игровой форме.

перестанет пользоваться пустышкой до возраста 4-х лет.

Грудное кормление ночью?

В грудном молоке также содержится сахар, который может преобразовываться в кислоту.



Путь к здоровым зубам

- ♥ Здоровое регулярное питание – полезно для организма и для зубов
- ♥ Вода для утоления жажды между приемами пищи – а также ночью
- ♥ Чистка зубов и фтор – утром и вечером



Поэтому, когда ребёнку исполнится год, нужно ограничить грудное кормление ночью до двух раз, учитывая гигиену зубов.

И как дополнение чистить зубы утром и вечером.

Дырка в зубе

Сахар – причина появления дырок в зубах. Когда ребёнок ест или пьёт что-либо содержащее сахар, то бактерии во рту вырабатывают кислоту, которая может разрушать эмаль и постепенно это приведёт к дырке в зубе. Количество сахара – это не самая основная причина появления кариеса зуба, значение имеет как часто ребёнок пьёт или ест что-то сладкое. Слюна нейтрализует кислоту после каждого приёма пищи. Поэтому важно не употреблять (еда, питьё) что-либо сахаросодержащее между приёмами пищи, особенно это важно ночью, поскольку ночью не производится так много слюны.

Фтор с раннего возраста

Постепенно, как ребёнок привыкнет к зубной щётке, нужно будет чистить зубы зубной пастой с содержанием фтора два раза в день. Для начала это должно быть едва видимое количество зубной пасты на щётке. Это количество зубной пасты постепенно нужно увеличивать до объёма ноготка маленького пальца ребёнка к возрасту 1 года, и до размера горошины к 6-летнему возрасту. Если ребёнок не пользуется зубной пастой с содержанием фтора или ему требуется дополнительный фтор, то альтернативой может стать фторосодержащая таблетка. Спросите совета на станции здоровья, в стоматологической клинике или в аптеке.

Субботние сладости только по субботам

Лакомства и субботние сладости относятся к субботам. Но если Вы желаете побаловать ребёнка, дайте ему дольку яблока, морковку или что-либо подобное. Хорошо как для зубов, так и для организма.

Сахаросодержащие лекарства

Спросите врача или аптеку о сахаросодержащих альтернативах, если ребёнку нужно лекарство.

Если сложились неудачные обстоятельства

Падение или удар по рту могут привести к травме одного или нескольких зубов. Свяжитесь с ближайшей стоматологической клиникой.



Здоровое регулярное питание...



Чистка зубов и фтор... утром и вечером...

Закон о службе оказания зубоврачебной помощи

Официальная зубоврачебная служба отвечает за предоставление услуг в сфере здоровья зубов для детей в возрасте с рождения и до 18 лет. Дети получают вызов на проверку зубов в возрасте примерно 3-х лет. Если патронажная сестра обнаружит, что ребёнку необходим осмотр до обычного планового вызова, тогда она может оформить направление и раньше. Свяжитесь со стоматологической клиникой, если у Вас есть вопросы.