

Начните с раннего детства, начните правильно

Основы ухода за полостью рта у детей



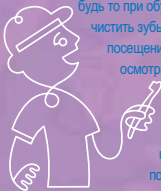
3

здоровые зубы – здоровое детство. Зубы нужны детям, чтобы жевать, говорить отчетливо и иметь блестящую улыбку.

Благодаря достижениям в области стоматологии и производства средств по уходу за полостью рта современные дети имеют больше шансов, чем когда-либо, иметь крепкие, здоровые зубы. Будучи родителем, вы играете важную роль в сохранении здоровья зубов ребенка: в действительности именно вы начинаете тщательный уход за его полостью рта.

Особенно важно поддерживать у малыша энтузиазм и мотивацию ухаживать за зубами. Поэтому помните,

будь то при обучении, как правильно чистить зубы щеткой, или при посещении стоматолога в целях осмотра зубов ребенка, что именно от вас зависит, подаете ли вы хороший пример. Кроме того, не забывайте хвалить детей после того, как их зубки стали чистыми, а улыбка - приятной!



Как развиваются зубы у маленького ребенка?

Обычно первыми появляются у младенца передние четыре зуба (два - на верхней челюсти и два - на нижней).

Это происходит где-то между шестью месяцами и годом.

Зачастую процесс сопровождается болезненностью или чувствительностью десен, которые могут покраснеть или выглядеть опухшими. Этот период называется периодом прорезывания зубов. Посоветуйтесь со стоматологом, как избавить малыша от ощущения дискомфорта.



6 месяцев

По достижении детьми трех лет зубной ряд, первые 20 (или детских) зубов, должен сформироваться полностью.

Очень важно осуществлять тщательный уход за этими первыми зубками, несмотря на то, что им на смену придут постоянные зубы. Это важно потому, что детские зубы занимают пространство, где в будущем будут расположены постоянные зубы. Если детский зуб утрачен, сменяющий его постоянный зуб может вырасти кривым.



3 года

Когда начинают выпадать детские зубы?

В возрасте приблизительно от 6 до 12-13 лет на место детским зубам приходят постоянные зубы. Ко времени, когда у подростка в возрасте около 16 лет прорезались зубы мудрости, он уже имеет полный зубной ряд из 32 зубов.



6 лет

Поскольку процесс смены первых зубов постоянными идет постепенно, поддержание чистоты всех зубов может вызывать затруднения. Причина в том, что более крупные постоянные зубы вырастают рядом с более мелкими первыми (молочными) зубами, в результате чего появляется неровность и множество участков, где могут скапливаться остатки пищи и зубной налет.

Зубной налет – это бесцветный, плотно прикрепленный, содержащий бактерии слой, постоянно формирующийся на поверхности зубов. Нарастание слоя – одна из основных причин разрушения зубов и заболеваний десен.

Как можно помочь ребенку сохранить зубы здоровыми, без кариеса?

Дети всех возрастных групп подвержены наивысшей степени риска образования полостей. Характерно, что они чаще едят и еще не приобрели большого опыта чистки зубов щеткой. Поэтому жизненно важно, чтобы дети чистили зубы правильно: по меньшей мере, два раза в день, с использованием фторсодержащей зубной пасты. Кроме того, это означает, что вам следует самим чистить те поверхности зубов, которые они могли пропустить. Давайте детям полезную для здоровья пищу, например хлеб и фрукты, чтобы помочь сохранить их зубы здоровыми, без полостей.

Насколько важную роль играет рацион питания ребенка?

Очень важную! Держите сахаросодержащие продукты и напитки подальше от детей, в течение дня реже давайте им сладости, например, подавайте их к столу только во время еды. Никогда не будет лишним почистить зубы после еды.



Как следует чистить зубы ребенка щеткой?

Действуйте также, как вы проводите процедуру чистки собственных зубов. Зачастую бывает трудно встать за спиной ребенка и отклонить его голову назад.



1. При помощи детской зубной щетки с мягкой щетиной начните процедуру чистки с жевательных поверхностей, осуществляйте короткие движения вперед-назад.
2. Для чистки внешних поверхностей зубов расположите зубную щетку под углом 45° к линии десен.
3. Аккуратно осуществляйте короткие движения вперед-назад.
4. Чтобы очистить внутреннюю поверхность передних зубов, держите щетку вертикально и осуществляйте головкой щетки мягкие движения вверх-вниз.
5. Убедитесь, что линия десен и задние зубы вычищены тщательно.



Заменяйте зубную щетку ребенка на новую, когда у старой появляются признаки износа или каждые три месяца, в зависимости от того, что случается раньше.

К трем-четырем годам ребенок должен уметь чистить зубы сам, но с вашей помощью, конечно. Чтобы ему было проще, начните с простого способа чистки зубов щеткой, например, с небольших круговых движений.

Когда детям следует начинать чистить зубы самостоятельно?

Хотя дети бывают разные, обычно ребенку до восьми лет необходима помощь при чистке зубов. Вне зависимости от того, чистите ли вы зубы ребенка сами или уже только контролируете проведение процедуры, следуйте следующим простым правилам:



Чистите, по меньшей мере, два раза в день: утром и как раз перед тем, как идти спать.



Процедура должна занимать две минуты: особое внимание обращайте на жевательные поверхности и задние зубы, где полости образуются чаще и раньше всего.



Используйте маленькую каплю детской фторсодержащей зубной пасты. Приучите ребенка полоскать полость рта и выплевывать пасту, которая остается там после чистки.



Найдите щетку, которая соответствует возрасту и физическим возможностям ребенка.



Не разрешайте детям пользоваться чужими зубными щетками.



Совместное проведение процедуры чистки зубов служит хорошим примером и помогает ребенку научиться путем наблюдения за вами и подражания вам!

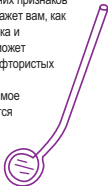
Следует ли чистить зубы ребенка нитью?

Да. Уточните у стоматолога, когда следует начинать, но хороший совет таков: когда два зуба уже соприкасаются. Обычно задние зубы начинают соприкасаться раньше других. Сначала вам самим придется чистить зубы детей нитью, но со временем они смогут делать это без вашей помощи.

Использование зубной ленты поможет вам и вашему ребенку привыкнуть к процедуре чистки зубной нитью. Вам следует контролировать ее проведение до тех пор, пока дети не научатся делать это самостоятельно и тщательно. Помните, чем раньше вы начнете пользоваться зубной нитью, тем больше вероятность, что эта процедура станет частью ежедневного ухода. Поэтому начинайте как можно раньше. И еще один, последний совет: не забывайте хвалить ребенка за хорошее выполнение!

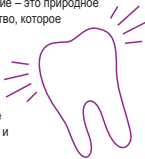
Чего следует ожидать от визита к стоматологу?

Стоматолог проведет осмотр зубов, десен и челюстей ребенка, проверит, нет ли ранних признаков каких-либо заболеваний, и покажет вам, как правильно чистить зубы ребенка и ухаживать за ними. Он также может рассказать о дополнительных фтористых средствах, если в этом есть необходимость. Кроме того, самое время спросить, как развиваются зубы ребенка.



Какую пользу приносит зубам ребенка фтористое соединение?

Фтористое соединение – это природное минеральное вещество, которое укрепляет эмаль зубов и способствует предотвращению образования полостей. Фтористое соединение полезно и взрослым, и детям. Способность фтористого соединения укреплять эмаль зубов и предотвращать образование полостей будет регулярно оказывать положительное воздействие на зубы ребенка при ежедневном использовании детской фторсодержащей зубной пасты. Помимо этого, можно посоветовать лечение фтористыми соединениями в кабинете врача.



Чем могут помочь пломбы?

Кроме перечисленного выше, стоматолог или гигиенист может помочь предотвратить разрушение зубов, применив силанты – пломбировочные материалы, которые заполняют фиссуры (углубления) на жевательных поверхностях зубов, где полости образуются чаще и раньше всего.

Что следует делать, если постоянные зубы ребенка растут неровно?

Зубы, которые растут неровными, зачастую затрудняют процедуру чистки. Стоматолог или гигиенист может посоветовать, как поддерживать их поверхности чистыми.



Кроме того, вы, возможно, захотите обсудить особый курс лечения по выравниванию зубов еще до того, как прорезались все постоянные зубы. Стоматолог может направить вас к ортодонту – стоматологу, который специализируется в коррекции прикуса и неровностей зубов.

Что можно сделать для защиты зубов ребенка во время занятий спортом?

После разрушения зубов и заболеваний десен, наиболее часто встречающаяся у детей и подростков стоматологическая проблема – это травма, т.е. случайное повреждение зубов. Детям следует носить специальные средства для защиты полости рта во время участия во всех очень активных или контактных спортивных играх. Готовые средства такого рода можно купить в магазинах, продающих спортивные товары, хотя наиболее эффективными средствами для защиты полости рта являются индивидуально изготовленные стоматологом приспособления – защитные каппы.



Что следует делать, если ребенку случайно выбьют зуб?

Опустите зуб в холодное молоко или соленую воду, при этом не мойте и не чистите его, а немедленно вызовите стоматолога или придите к нему.

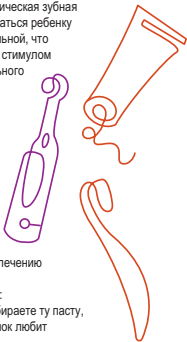
Как правильно выбрать для ребенка зубную щетку и зубную пасту?

Зубы ребенка следует чистить зубной щеткой с очень мягкой щетиной, которая специально разработана для детей. В настоящее время многие зубные щетки имеют разноцветный, занимательный дизайн, что создает у ребенка мотивацию чистить зубы. Убедитесь, что выбираете дизайн, который ему нравится, а также подходящий размер с учетом возраста и физических возможностей ребенка, чтобы поддержать его интерес.

Один из возможных вариантов – электрическая зубная щетка для детей, которая обеспечивает эффективную и безопасную чистку. Кроме того, электрическая зубная щетка может показаться ребенку более привлекательной, что является хорошим стимулом для более тщательного проведения им процедуры чистки.

Многие зубные пасты для детей содержат наполнители, имитирующие приятный для ребенка вкус, что тоже способствует привлечению его интереса.

Еще раз напомним: убедитесь, что выбираете ту пасту, которую ваш ребенок любит больше всего.



Помните, хороший уход за полостью рта начинается именно с вас!

Если с раннего детства привить ребенку хорошие привычки, то действительно можно сохранить здоровье его полости рта на всю жизнь. Поддерживайте у детей мотивацию, учите их на собственном отличном примере и создавайте соответствующую, веселую атмосферу при проведении процедуры. Очень скоро они станут воспринимать ее как часть ежедневного режима, так же, как завтрак или чтение сказок перед сном.

Итак, помните: чтобы сохранить здоровье и блеск детской улыбки, начните с раннего детства, начните правильно.



Начните с раннего детства, начните правильно – краткое руководство:



Первый визит ребенка к дантисту должен состояться в период между прорезыванием первого зуба и празднованием его первого дня рождения.



Чистите зубы ребенка до тех пор, пока ему не исполнится примерно три года, затем начинайте привлекать его самого к проведению этой процедуры. Контролируйте ее проведение, пока ребенок не достигнет восьмилетнего возраста.



Детям младше четырех лет рекомендуется простой способ чистки зубов щеткой, например, небольшие круговые движения.



Выбирайте детскую зубную щетку с маленькой головкой и мягкой щетиной.



Используйте лишь маленькую капельку фторсодержащей зубной пасты. Приучите ребенка полоскать полость рта и выплевывать пасту, которая остается там после чистки.



Чистку зубной нитью следует начинать, когда зубы детей уже соприкасаются, а контроль проведения этой процедуры нужно осуществлять, по меньшей мере, до 10 лет.

Oral-B – нас предпочитают стоматологи во всем мире

BRAUN

Oral-B®

Oral-B®

Oral-B - Бренд, которым пользуются все больше дантистов по всему миру

((адрес местного представительства))

www.oralb.com

www.braun.com