

НАУЧИТЕ МАЛЫША

Овладеть навыками чистки зубов маленькому ребенку совсем непросто, поэтому обучение должно проводиться постепенно.

С 2-2,5 лет надо научить ребенка полоскать рот водой после еды. Объясните ему, что для полоскания необходимо набрать в рот небольшое количество воды и постепенно пропускать её через промежутки между зубами так, чтобы «вымыть» зубы со всех сторон. Затем покажите, как правильно чистить зубы спереди (верхние - сверху вниз, нижние - снизу вверх.)

Необходимо обратить внимание ребенка на то, как держать щетку, чтобы очистить наружную и боковую поверхность зубов справа и слева, жевательные поверхности верхних и нижних зубов, внутренние поверхности боковых зубов. Вначале дети чистят зубы без пасты. Затем, когда ребенок полностью овладеет этой манипуляцией, можно учить его пользоваться пастой.

**ЗАБУДЬ ЛЕНЬ —
ЧИСТИ ЗУБЫ
КАЖДЫЙ ДЕНЬ!**



Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»
г. Ханты-Мансийск, ул. Карла Маркса, д. 34
8 (3467) 318466, www.cmphmao.ru
2023 год
Тираж: 2 000 экземпляров
Распространяется бесплатно



ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

**ПРОФИЛАКТИКА
СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ
ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ
ДО 3 ЛЕТ**



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Детская стоматология – это направление стоматологической помощи, которое учитывает все возрастные особенности детского организма, связанные с заболеваниями полости рта, ведь у детей они протекают совсем не так, как у взрослых.

Главным принципом работы детских стоматологов является не только качественное и безболезненное лечение заболеваний ротовой полости, но и формирование у ребенка позитивного восприятия врача-стоматолога, прививание ему культуры ухода за зубами и внимательного отношения к своему здоровью.

Важно, чтобы первое посещение ребенком зубного врача было положительным, не ассоциировалось со страхом и болью, тогда дальнейшие визиты к доктору для лечебно-профилактических мероприятий не будут вызывать негативных эмоций.

Пусть первый визит ребенка к стоматологу будет связан лишь с профилактическим осмотром, не предполагающим лечения и возможной зубной боли. Своевременное посещение врача поможет избежать возникновения комплексов, связанных с походом к стоматологу.

При первом посещении детский стоматолог может провести профилактический осмотр в игровой форме. А во время второго визита, когда ваш ребенок уже знаком с доктором, процедурами и более адаптирован к ситуации, можно будет проводить лечение с предварительным обезболиванием.

УХОД ЗА ПОЛОСТЬЮ РТА У НОВОРОЖДЕННЫХ И ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА (ДО 3 ЛЕТ)

За зубами необходимо начинать ухаживать, как только прорезался первый зуб.

Чистить зубы надо утром после завтрака и вечером после ужина.

Зубную пасту необходимо добавлять после того, как ребенку исполнится полтора года (если у ребенка есть заболевания полости рта, то пасту добавляют раньше).

Зубные щетки, пасты и другие средства гигиены рекомендуется приобретать в аптеках или в стоматологических клиниках, в соответствии с возрастом ребенка. Зубную щетку необходимо мыть детским мылом перед и после процедуры чистки зубов, хранить в стаканчике вверх головкой, не надевая футляр.

Чистить зубы нужно подметающими движениями от десны к краю зуба. Процедура должна занимать около 3 минут. Чтобы следить за временем, можно использовать песочные часы или включить детские песенки (1 песня обычно длится около 3-5 минут).

Для определения гигиены полости рта у ребенка можно использовать специальную жидкость, которая продается в стоматологических клиниках или аптечных пунктах. Капать ее необходимо на язык и там, где малыш плохо почистил зубы, они окрашиваются в красный цвет. Ребенок будет видеть, какие зубы и с какой стороны необходимо почистить еще раз.

Если зубы у ребенка регулярно окрашиваются, то задумайтесь о дополнительных средствах гигиены: межзубная нить, ирригатор, пенки, ополаскиватели, гели с кальцием. Гели с кальцием могут приостановить кариес без лечения (с правильным использованием таких гелей лучше ознакомиться у вашего стоматолога).

Очень важно научить малыша правильно ухаживать за своими зубами, чтобы это как можно раньше вошло у него в привычку, и стало обязательной частью ухода за собой.

ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА

Для малышей с 3 месяцев предназначена детская зубная щетка на палец. Это силиконовый напальчник с мягкими щетинками, которым мама надевая себе на указательный палец, чистит ребенку зубки и массирует десны. Такую щетку можно использовать еще до того, как у ребенка прорезались зубки. Комплексное воздействие силиконовой щетки останавливает воспалительные процессы, предупреждает возникновение кариеса и кровоточивость десен.

Пальчиковые силиконовые щетки, в отличие от обычных зубных, более бережно ухаживают за нежными деснами ребенка и отлично прочищают зубы. Чистить зубы малышу следует до того момента, пока он сам не станет в состоянии держать щетку в своих руках, полоскать рот и сплевывать воду. Ему в это время пора обзаводиться своей детской щеткой (примерно к 2 годам).

Для самых маленьких предназначена силиконовая щетка-массажер. Она представляет собой прозрачный колпачок, на конце которого расположено множество коротких силиконовых волосков или пупырышек.

Используемая форма щетки позволяет чистить верхнюю, переднюю и нижнюю стороны зубов.

Для детей до 3 лет зубная щетка должна быть очень мягкой с рабочей головкой не более 2 см. Такого расстояния достаточно, чтобы захватить при чистке зубов два соседних зуба.

