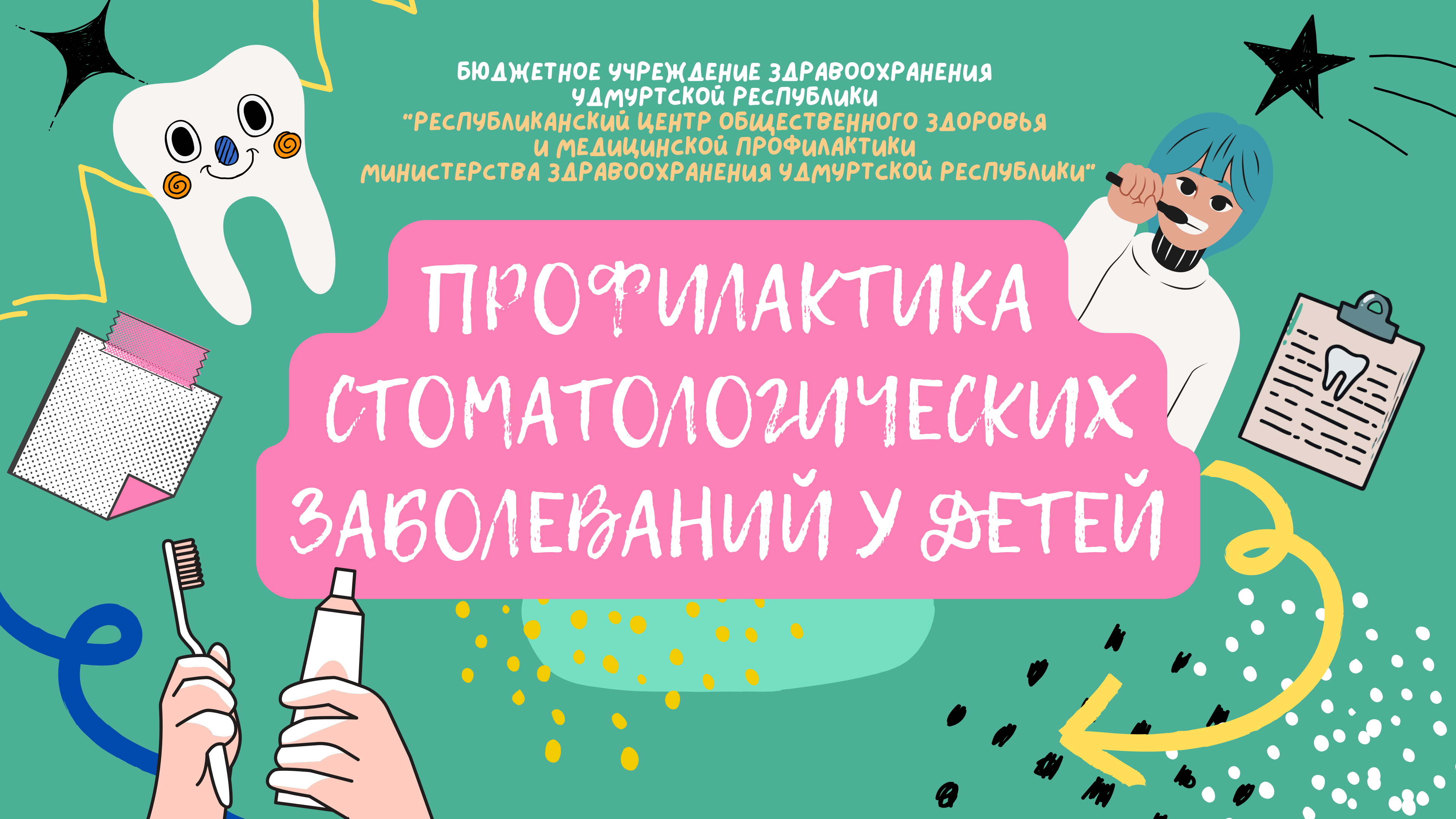


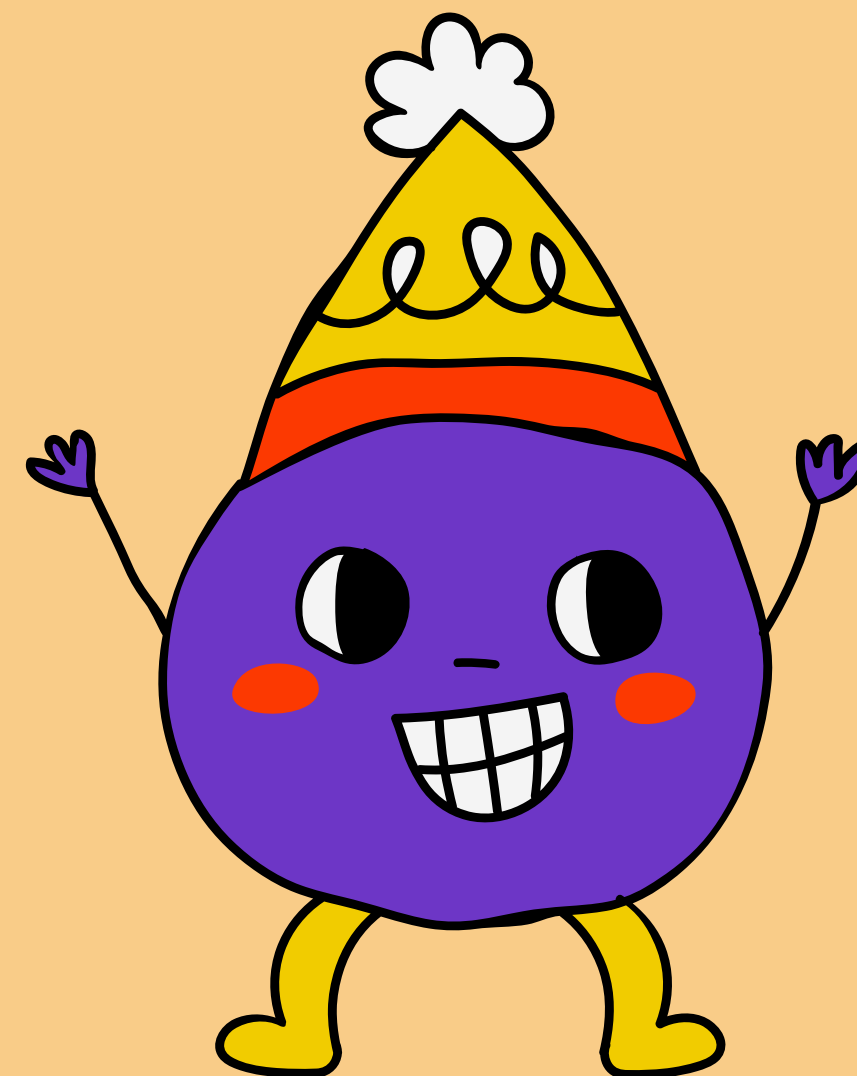
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
"РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ"

ПРОФИЛАКТИКА СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ

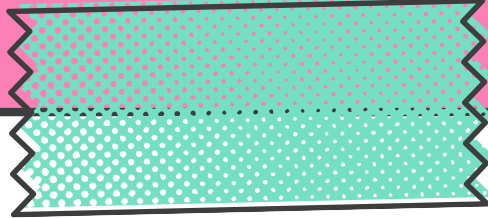


ОПРЕДЕЛЕНИЕ

Профилактика стоматологических заболеваний у детей – это предупреждение возникновения и развития болезней полости рта.

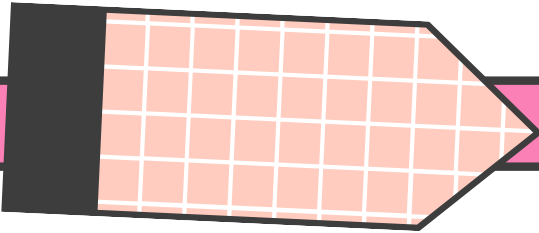


**ПРОФИЛАКТИКА
СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ
ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ
ОСНОВАНА
НА "ТРЕХ КИТАХ":**



Личная гигиена полости рта

Профилактические осмотры
у стоматолога

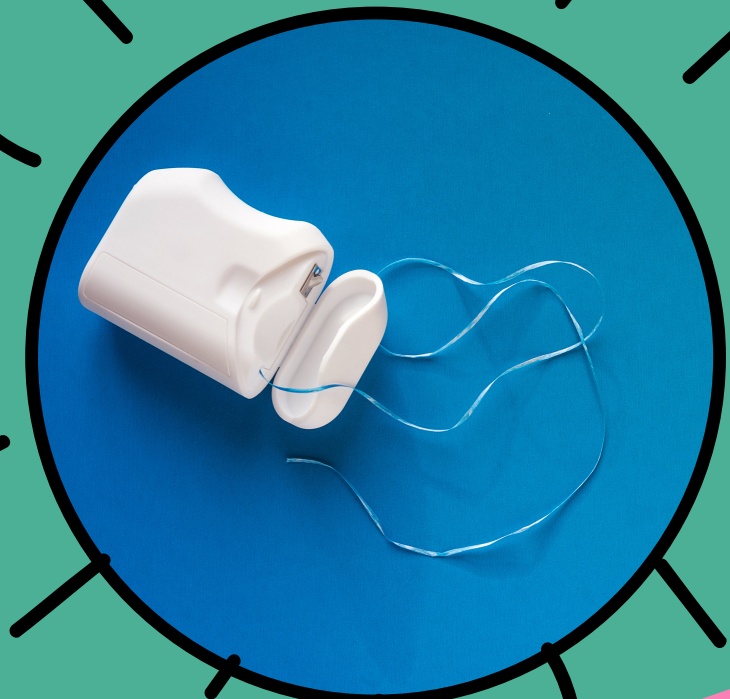


Сбалансированное питание

ПРЕДМЕТЫ ГИГИЕНТЫ ПОЛОСТИ РТА



зубная щётка



зубная нить



скребок для
языка



Межзубные
ёршики



Ирригатор

СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА



Зубная паста

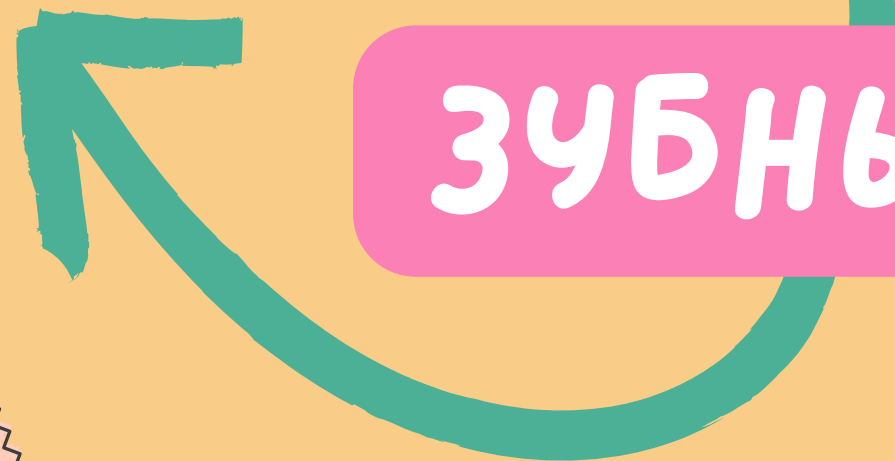
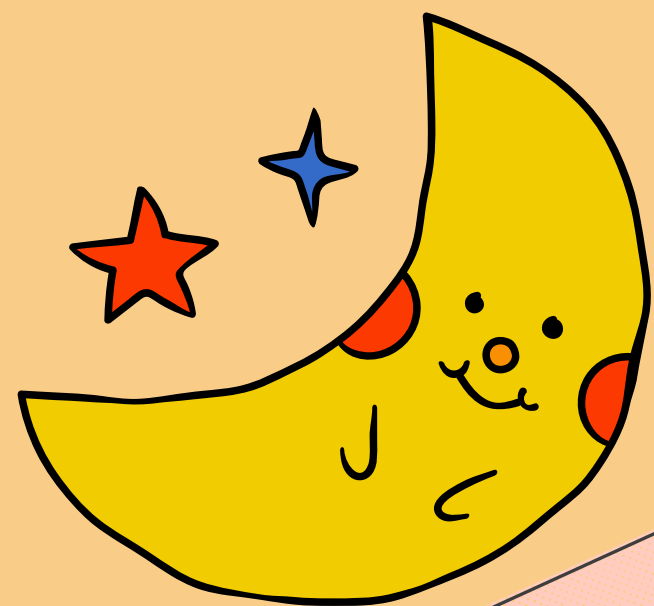


Ополаскиватель



Пенка для полости рта

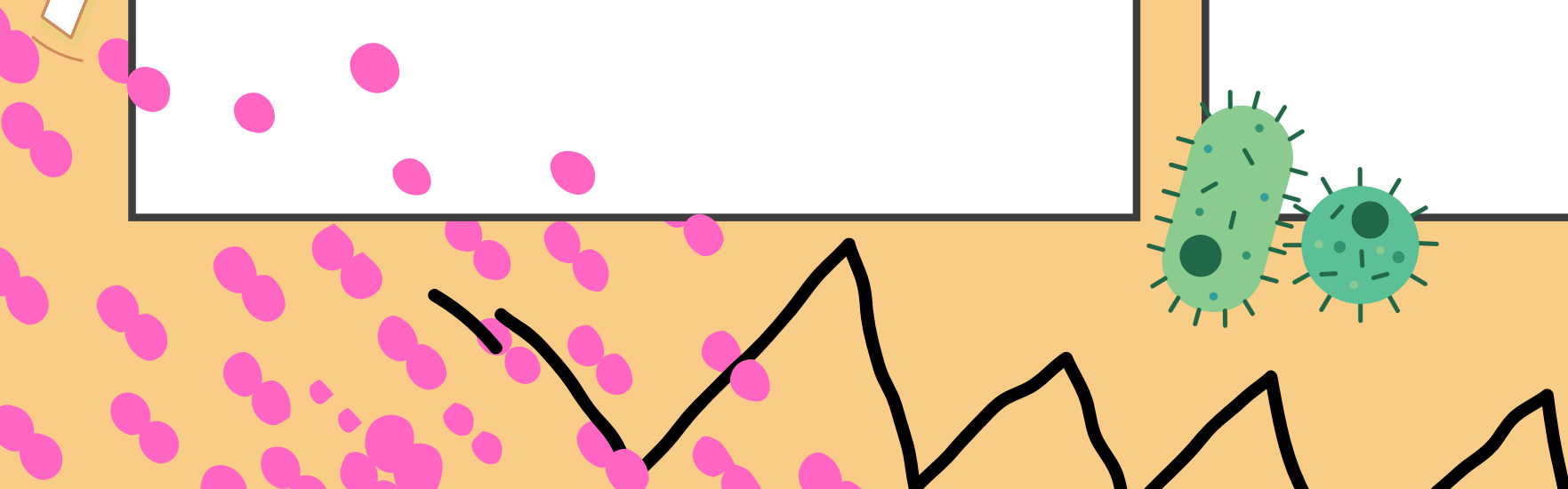
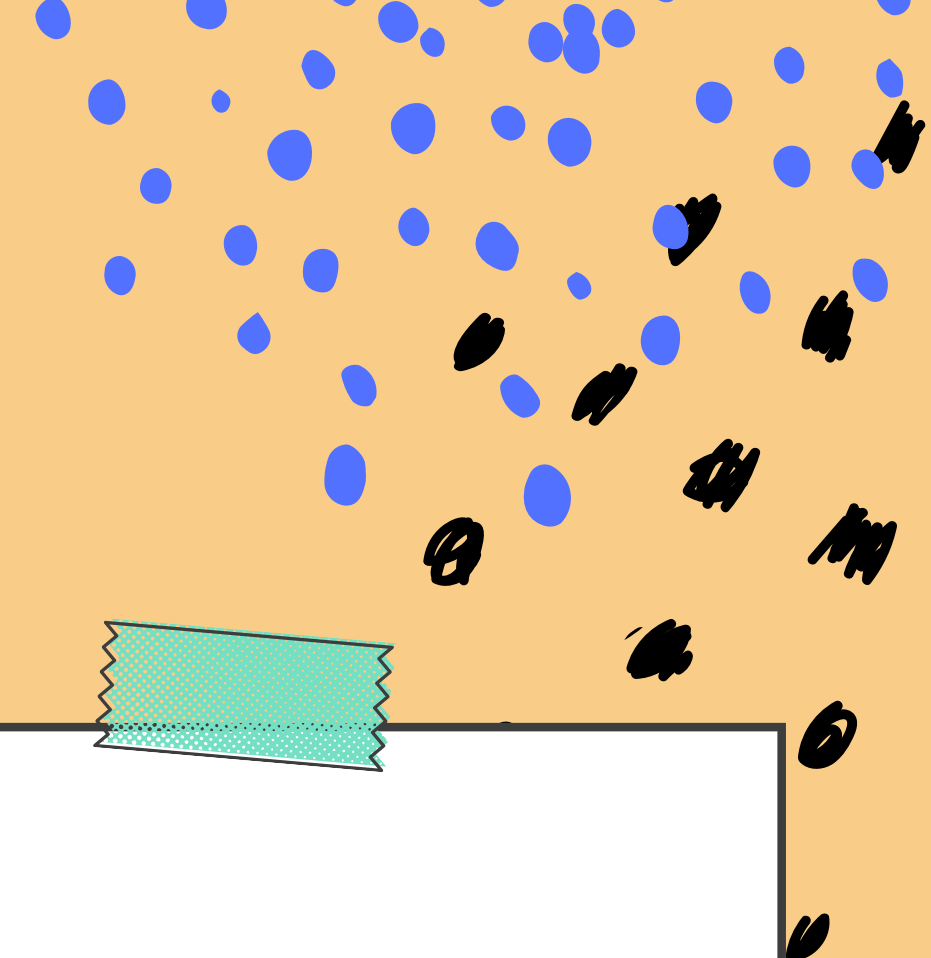
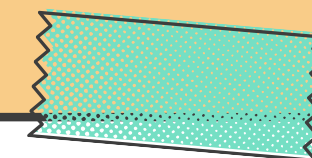
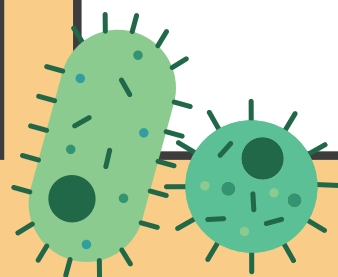
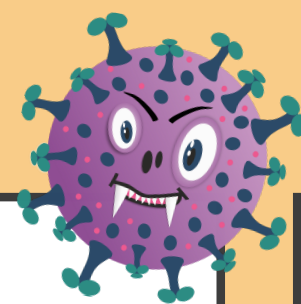
ЗУБНЫЕ ЩЕТКИ



Основным предметом
гигиены рта является
зубная щетка.

Рекомендуется
чистить зубы
два раза в день.

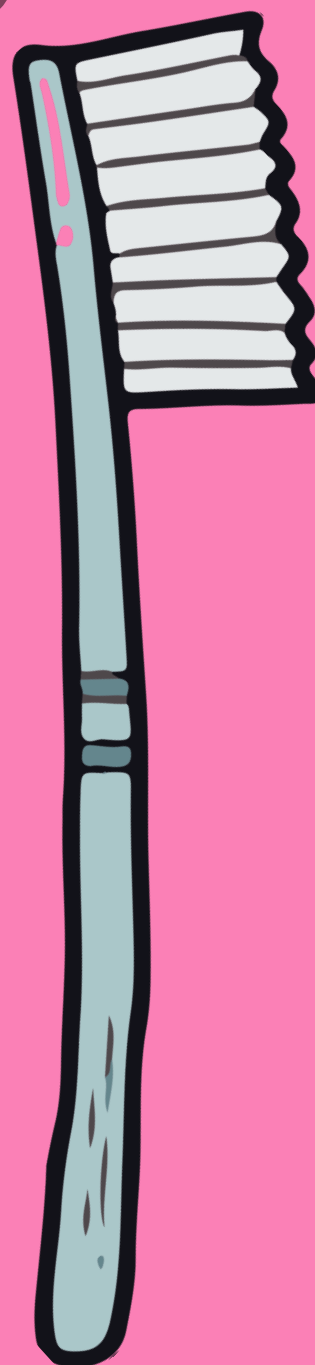
Щётку рекомендуют
обязательно менять
на новую по мере износа,
но не реже, чем раз
в 3 месяца.



КАК ВЫБРАТЬ ПРАВИЛЬНУЮ ЗУБНУЮ ЩЁТКУ?

СТЕПЕНЬ ЖЕСТКОСТИ ЩЕТИНЫ

- очень мягкая (при заболеваниях ротовой полости)
- мягкая (для детей до 12 лет или при проблемах с деснами или эмалью)
- средняя (для людей со здоровыми зубами)
- жёсткая (для тех, у кого есть склонность к образованию зубного камня)
- очень жёсткая (используется только по рекомендации врача-стоматолога)



КОНЧИКИ ЩЕТИНОК

- закруглённые – меньше всего царапают десну
- заострённые – лучше вычищают зубы и пространство между ними
- тупые – хорошо массируют десны

ГОЛОВА ЩЁТКИ

- длина (для детей – 1,5–2 см, для взрослых – 2,5–3 см)
- подвижная головка позволяет почистить даже далеко расположенные зубы

РУЧКА ЩЁТКИ

- длинная – позволяет регулировать нажим и избежать травм эмали и десен
- с резиновыми элементами, чтобы не скользила рука

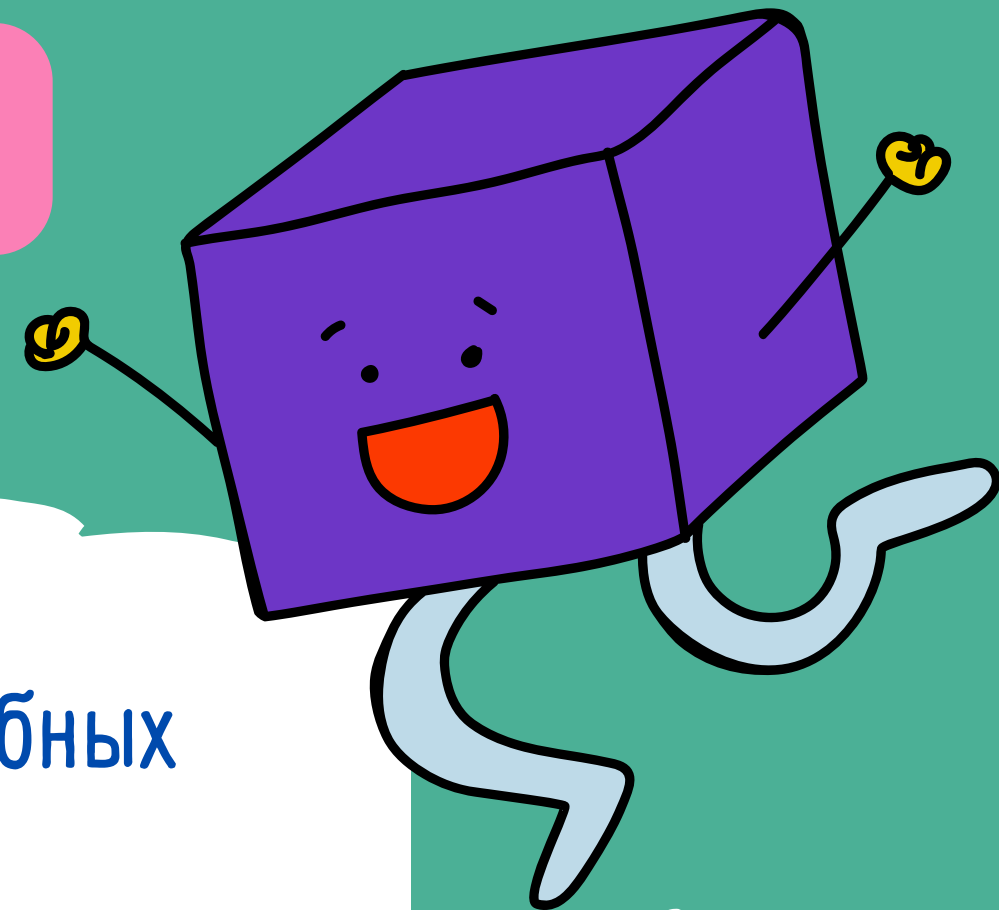


ЗУБНАЯ НИТЬ – ФЛОСС

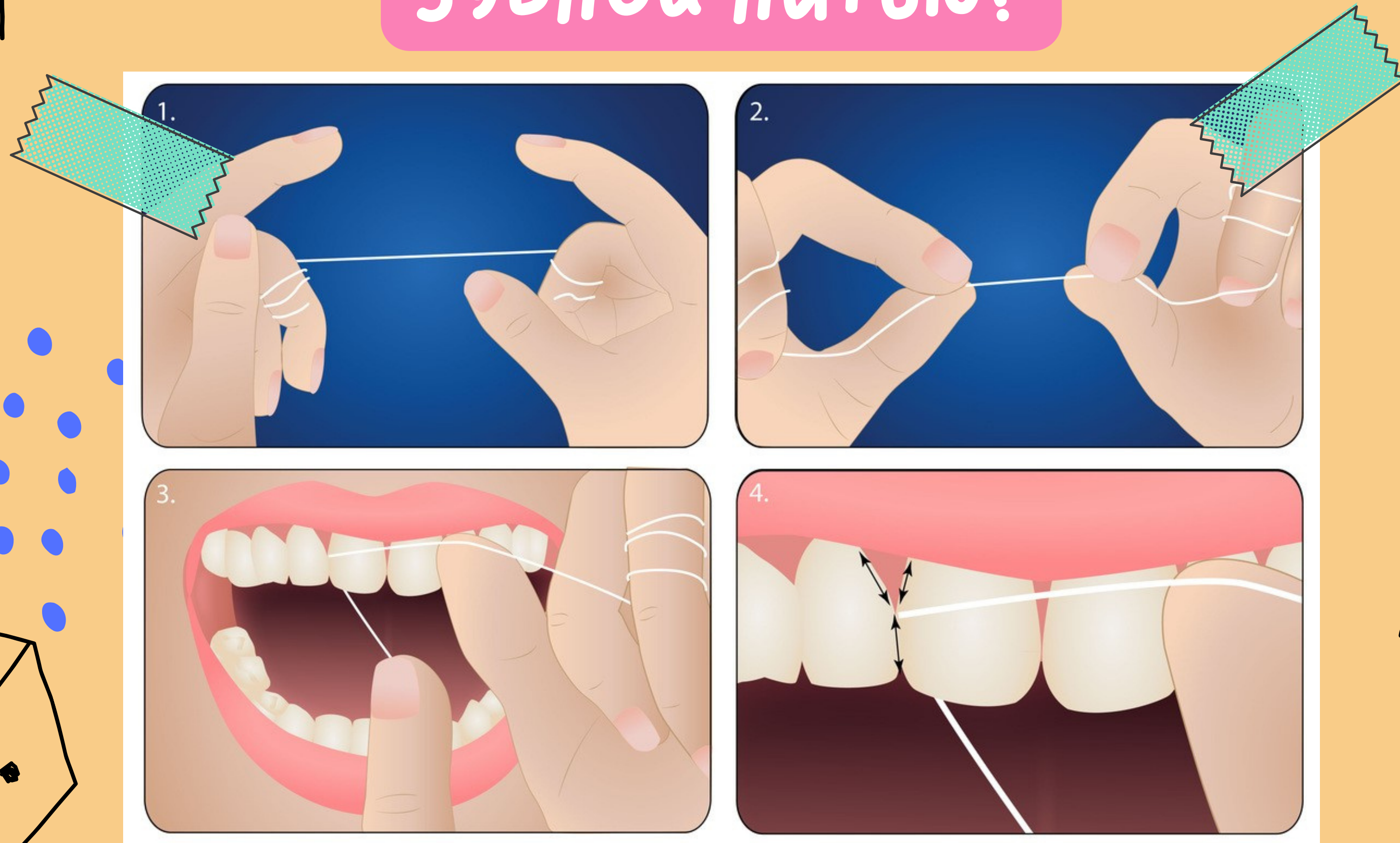
Флосс — специальная нить для очистки межзубных промежутков от зубного налета.

Боковые поверхности зубов нуждаются в особом уходе, так как зубной налёт и кусочки пищи из межзубных промежутков с помощью щётки извлечь не удастся.

Использовать зубную нить желательно после каждого приёма пищи. Или, как минимум, во время вечерней чистки зубов.



КАК ПРАВИЛЬНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЗУБНОЙ НИТЬЮ?



МЕЖЗУБНЫЕ ЁРШИКИ

Зубные ёршики отлично
протирают пространства
между зубами,
как и зубная нить.

Больше подходят
для дополнительной чистки
больших межзубных
промежутков и дальних
зубов.



ooo...

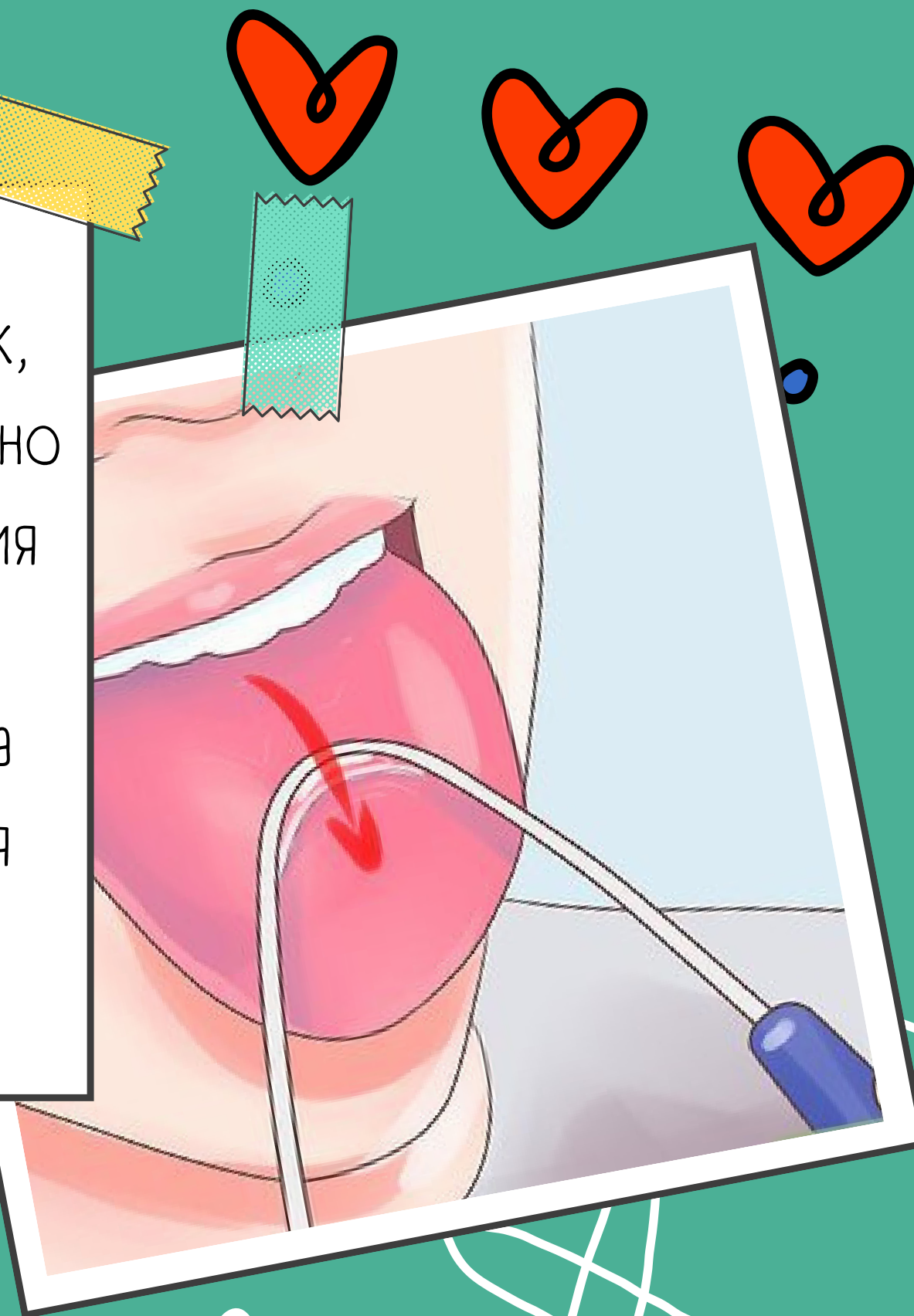


СКРЕБОК ДЛЯ ЧИСТКИ ЯЗЫКА

На поверхности языка скапливается очень много бактерий. Эти бактерии могут быть "виновниками" неприятного запаха изо рта.

Для удаления налета с языка используется специальный скребок.

Если регулярно очищать язык, то налета на зубах будет заметно меньше, а риски возникновения болезней полости рта, желудочно-кишечного тракта и образования зубного камня снизятся.

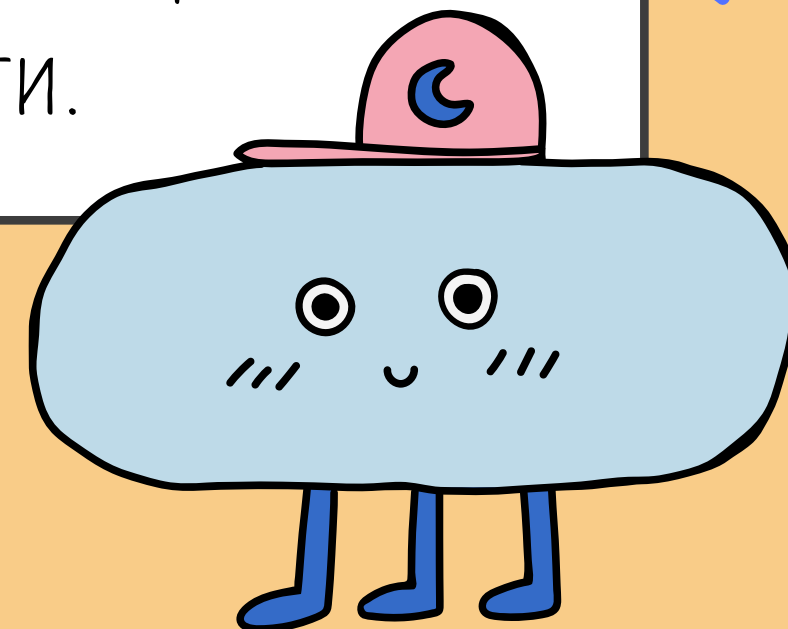


ИРРИГАТОР



Ирригатор – устройство для удаления зубного налёта, остатков пищи из межзубных промежутков, и массажа дёсен за счёт водной струи, выделяющейся под давлением.

Исследования помогли установить, что этот прибор удаляет **до 90%** всех микробов и бактерий из ротовой полости.



ЗУБНЫЕ ПАСТЫ

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ

- очищающие
- дезодорирующие



ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ

- противокариозные
- противовоспалительные
- против гиперчувствительности

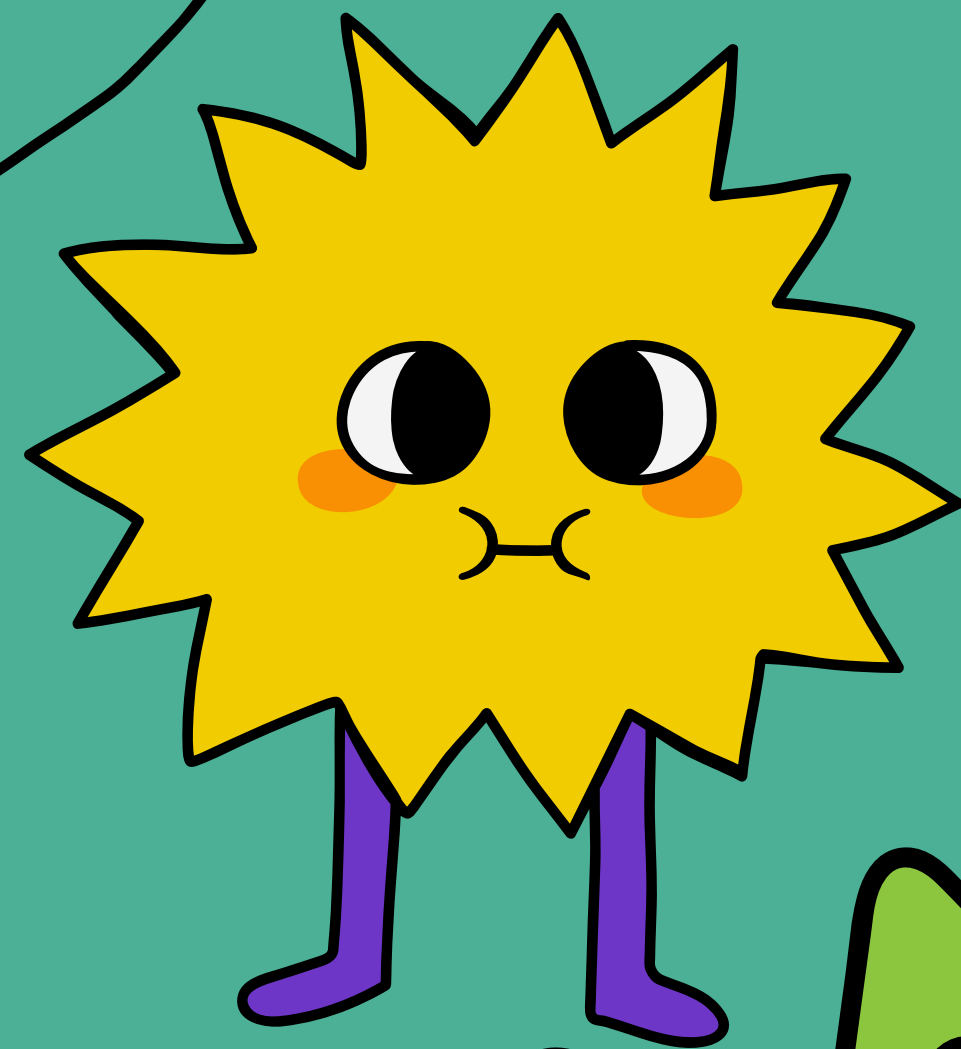


ЗАПОМНИ!

Созревание эмали постоянных
зубов продолжается в течение
5 лет после прорезывания!

В этот период твои зубы
требуют особого ухода.

Регулярно и тщательно
проводи гигиену
полости рта!



ЧЕМ БЫСТРО И УДОБНО ОЧИСТИТЬ ЗУБЫ?

Ополаскиватель

Представляет собой водный раствор активных компонентов, который предназначен не только для придания свежести дыханию, но и для более эффективного очищения полости рта и зубов.

Пенка для полости рта

Позволяет избавиться от мягкого налёта и остатков пищи. Чистить зубы и споласкивать их водой после применения пенки не нужно.



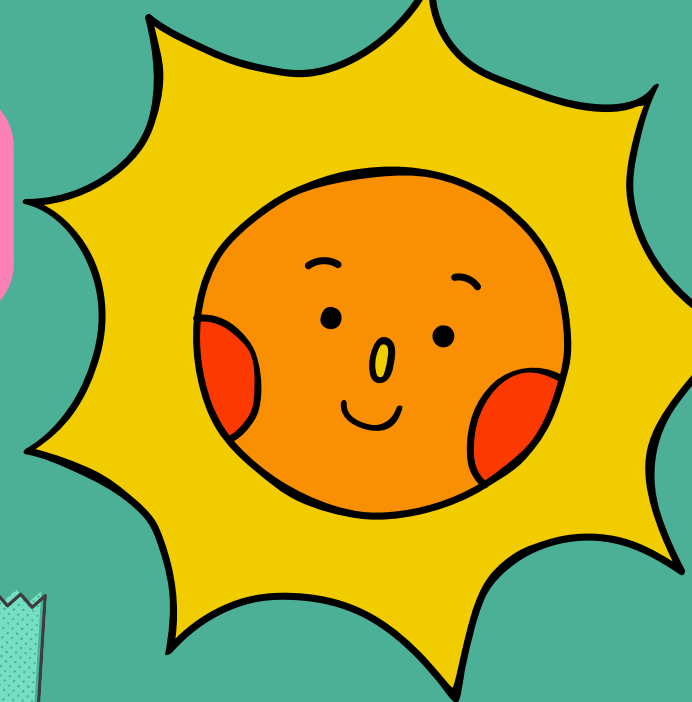
КАК ПРАВИЛЬНО ЧИСТИТЬ ЗУБЫ?



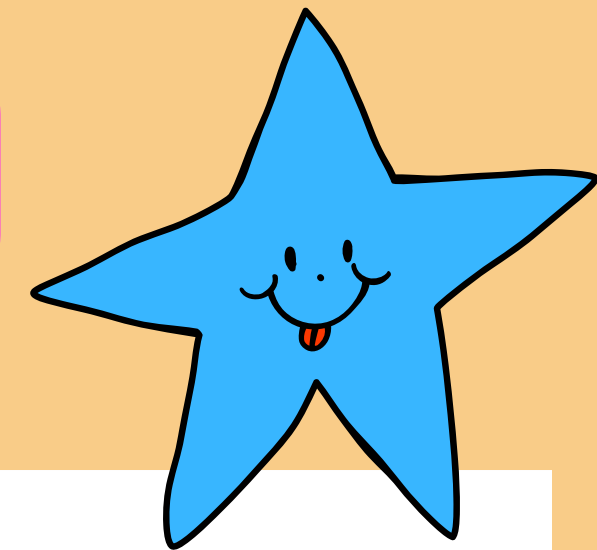
ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ОСМОТРЫ У СТОМАТОЛОГА

Стоматологи советуют
начать посещение
стоматологического
кабинета в возрасте
1–2 лет, чтобы
предупредить развитие
заболеваний зубов.

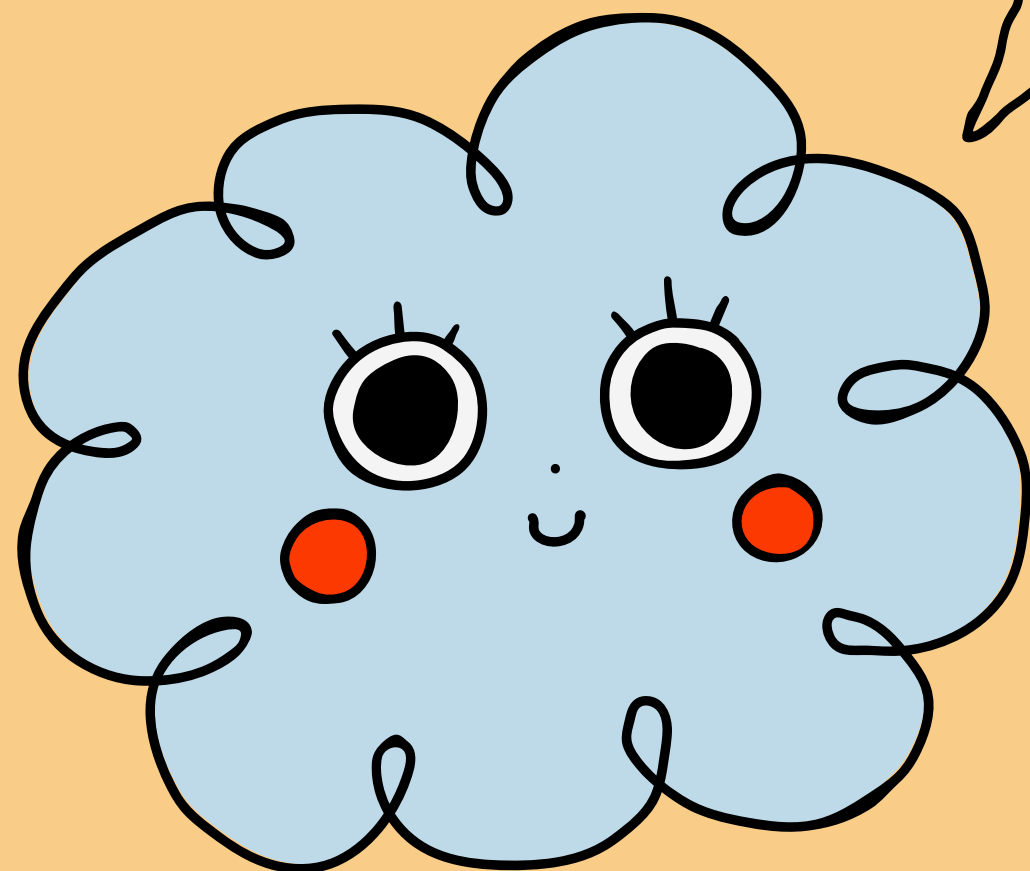
Посещать детского стоматолога
для профилактического
осмотра необходимо каждые
6 месяцев, а если имеются
показания для наблюдения,
то визиты могут быть более
частыми — каждые 2–4 месяца
или чаще.



СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ



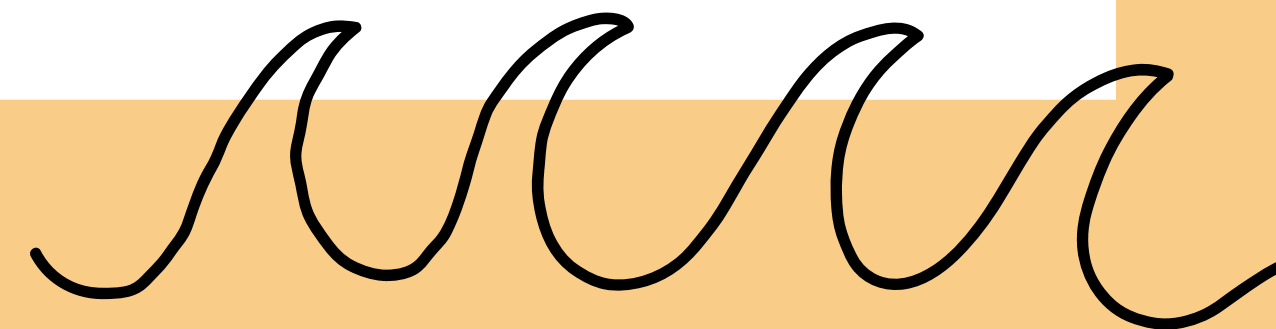
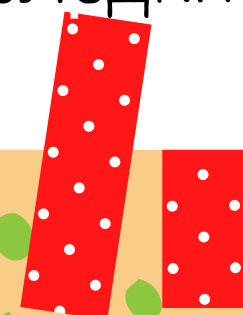
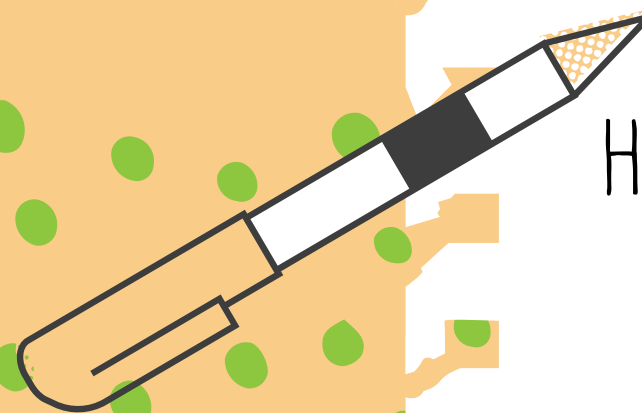
Это вредно!



Так как бактерии используют для роста и размножения сахара, то чем больше сладкой пищи мы употребляем, тем быстрее образуется зубной налет.



Наиболее вредными для зубов считаются конфеты, шоколад, сдобные булочки, сладкие жвачки и напитки.



СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

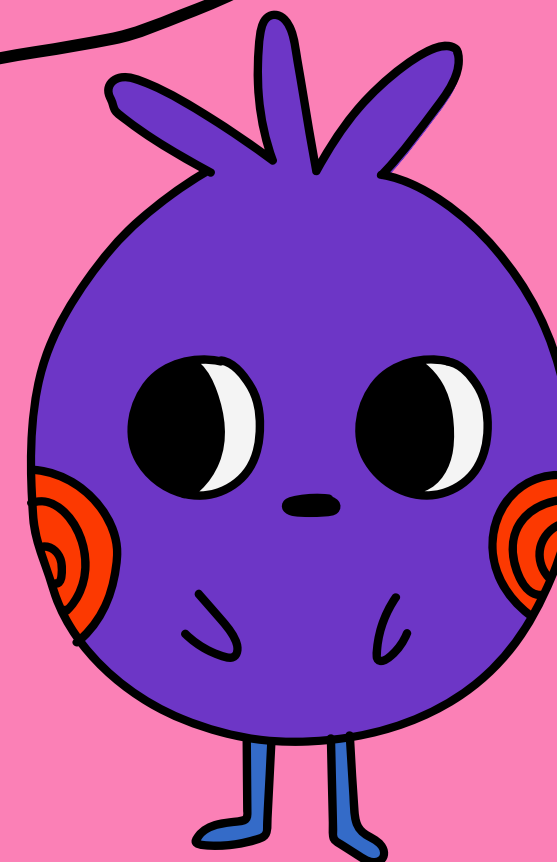


Кальций (рыба, грецкие орехи, миндаль, фасоль, сухофрукты, сыр, творог)

Фтор (крупы, морская рыба, чай, желток куриного яйца)

Фосфор (крупы, томаты, яблоки, смородина, морепродукты, мясо)

Лучшие друзья
зубов – кальций,
фтор и фосфор!



СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!

