

ПЯТЬ ПРАВИЛ УХОДА ЗА ЗУБАМИ



Ваш малыш никогда не испытает мучительной зубной боли, если вы поможете ему усвоить 5 элементарных правил ухода за зубами.

ВО-ПЕРВЫХ, нанесите визит стоматологу. Он с удовольствием продемонстрирует ребенку, как надо правильно чистить зубы. Обработает зубной ряд специальным стоматологическим красителем, чтобы малыш увидел воочию, какую опасность для здоровья зубов представляет мягкий налет, оставшийся во рту после неправильной чистки. Без устали следите за тем, чтобы ребенок чистил зубы по всем правилам и делал это ежедневно утром и вечером.

ВО-ВТОРЫХ, каждые 2-3 месяца (не реже!) водите сына или дочь к детскому стоматологу на профилактический осмотр. Дело в том, что первоначальные очаги кариеса - крошечные участки побелевшей эмали - может заметить только специалист. Белое пятнышко говорит о том, что в этом месте эмаль потеряла часть кристаллических минеральных веществ, истончилась и стала более уязвимой для микроорганизмов, живущих в мягком налете на зубах и создающих кислую среду, под воздействием которой разрушаются остатки эмали и возникает угроза кариеса. В этом случае стоматолог проведет специальное лечение аппликациями с 2%-ным раствором особого вещества - фторида натрия, который поможет сохранить зуб здоровым.

В-ТРЕТЬИХ, обязательно запломбируйте ребенку все молочные зубы, пораженные кариесом. Мнение, что их можно не лечить - все равно скоро выпадут, ошибочно. Стоматологи образно называют больные зубы диверсантами, несущими в организм множество инфекций. Малыши с такими зубами чаще, чем другие дети, простужаются, болеют ОРВИ, у них понижен иммунитет. Опасен кариес и для формирующихся постоянных зубов. Эмаль на них будет не такой плотной, как требуется, и они в свою очередь также станут легкой добычей для кариеса.

В-ЧЕТВЕРТЫХ, у шестилеток позади ряда молочных зубов появляются постоянные шестые моляры. В течение примерно полугодия, пока подрастают, они остаются ниже своих молочных "собратьев", скрываясь за ними. Зубная щетка в детских руках, как правило, до них не достает - вот почему стоматологи советуют родителям помочь своим малышам. Очистить моляры несложно: уложите ребенка к себе на колени, попросите его открыть рот и несколько раз пройдитесь щеткой по боковым и кусательным поверхностям зубов. Кстати, в Дании, Норвегии и Франции папы и мамы поступают так уже целое десятилетие, оттого кариес у подростков в этих странах практически побежден.

В-ПЯТЫХ, имейте в виду, что есть лакомства, которые прилипают к зубам, образуя при этом много мягкого налета: карамель, леденцы, ириски, печенье. А сырые овощи и фрукты, наоборот, способствуют очищению зубов. Поэтому в конце любой еды предложите ребенку погрызть яблоко или морковку.