



Дети и уход за полостью рта

Для правильного пережевывания пищи и овладения речью детям требуются крепкие, здоровые зубы. Не будет без них и привлекательной улыбки. Молочные зубы также создают в челюсти «фундамент» для постоянных зубов. К уходу за здоровьем зубов ребенка надо приступать немедленно после их появления. Постепенно приучайте ребенка к правильной гигиене полости рта.

Прорезывание зубов

Прорезывание зубов через десны ребенка может сопровождаться болезненными ощущениями. Боль можно снять следующими средствами:

- Поглаживая десны чисто вымытым пальцем.
- Дав ребенку пожевать зубное кольцо или холодную влажную салфетку из ткани. Ни в коем случае не подвязывайте зубное кольцо на шею ребенка.

Посещение зубного врача

Лучше всего начать посещать стоматолога, как только ребенку исполнится год.



Выбирайте для ребенка здоровую пищу и напитки

- Выбирайте продукты и напитки с умеренным содержанием сахара.
- Для утоления жажды давайте ребенку воду, а не газированные напитки или соки.
- Приучайте ребенка есть фрукты и овощи, а не конфеты и печенье.
- Продукты, содержащие кальций (такие как молоко, йогурт и сыр), способствуют формированию крепких зубов и костей.

Уход за зубами и деснами ребенка

- До появления у ребенка первых зубов протирайте его десны чистой тканью. После прорезывания зубов незамедлительно приступайте к уходу за ними.
- Чистите зубы ребенка 1-2 раза в день. Пользуйтесь мягкой тканью или детской зубной щеткой.
- После того, как Ваш ребенок научится полоскать рот после чистки зубов, начинайте употреблять небольшое количество фторсодержащей зубной пасты (объемом не более горошины). Фтор укрепляет зубы и предотвращает кариес. Однако проглатывание ребенком пасты с фтором нежелательно.
- Помогайте ребенку чистить зубы до тех пор, пока он не достигнет возраста 7-8 лет. Сначала почистите зубы ребенка сами, а затем дайте ему попробовать сделать это самостоятельно.

Профилактика кариеса в результате соприкосновения с детской бутылочкой

Длительное соприкосновение с бутылочкой, наполненной жидкостями (помимо воды), способно вызвать кариес. Повреждение зубов кариесом ведет к болезненным ощущениям, и их лечение может оказаться дорогостоящим.

- Не давайте ребенку бутылочку с питанием во время ночного или дневного сна.
- Не разрешайте ребенку играть с бутылочкой или подолгу пить из нее.
- Если Вы даете ребенку соску, не обмакивайте ее в сладкое (например, сахар или мед).
- С годовалого возраста приучайте ребенка пить из чашки.

В случае возникновения вопросов обращайтесь за консультацией к стоматологу.