

Консультация «Как сохранить здоровье зубов у детей»

Самая частая стоматологическая проблема у школьников – кариес. О том, как часто он возникает, как позаботиться о полости рта и последствиях рассказал главный внештатный детский стоматолог Минздрава России Андрей Климов.

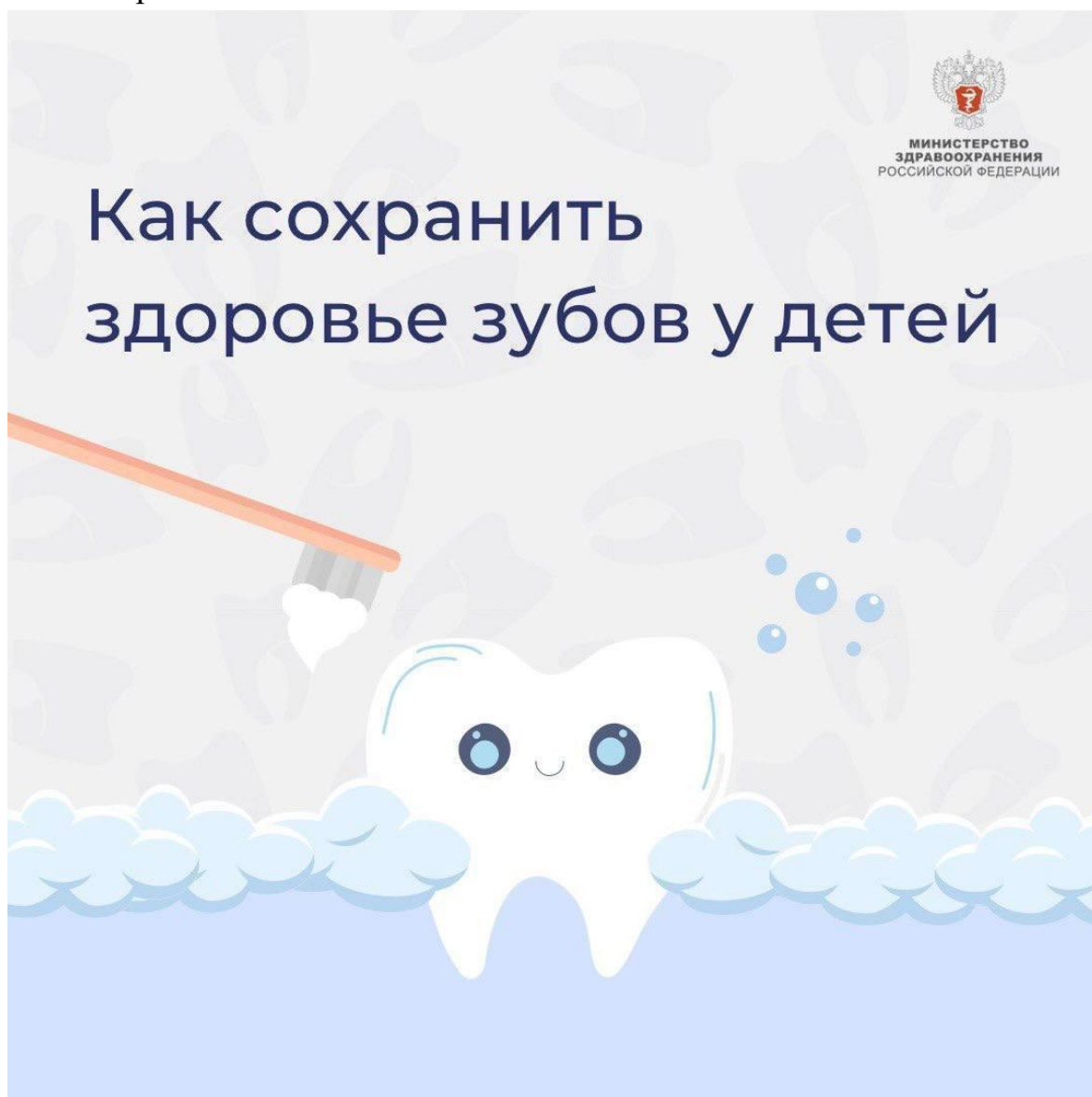
🦷 Незалеченный кариес снижает иммунитет и подвергает организм различным инфекциям, бактериям и вирусам;

🦷 В начальной школе кариесу подвержены 60% детей;

🦷 К старшей школе распространенность заболевания возрастает до 80%;

🦷 В северных районах кариес всегда больше распространен, чем в южных, в том числе, из-за климатических условий и особенностей питания.

Еще больше о профилактике кариеса и сохранении здоровья полости рта в наших карточках.





Необходимо регулярно правильно чистить зубы, уделяя внимание межзубным промежуткам, в труднодоступных местах

- Детей старше шести лет можно учить пользоваться зубной нитью;
- Днем зубы можно и нужно ополаскивать, чтобы нейтрализовать те кислоты, которые образуются после приема пищи.





Использовать фторсодержащие зубные пасты и фторсодержащие ополаскиватели для полости рта

- Фтор мешает болезнетворным микроорганизмам разрушать зубную эмаль;
- Соединяясь с кальцием, фтор образует на зубах нестойкую защитную пленку, которую нужно возобновлять с помощью пасты или ополаскивателя.





На поверхности жевательных зубов есть естественные углубления — фиссуры

- В этих углублениях легко задерживаются остатки пищи, что может привести к развитию кариеса;
- У ребенка эмаль зубов еще только формируется, и особенно незрелая она в фиссуре;
- Если кариес развивается на этапе, когда корни не сформировались, то можно потерять зуб.





Если после прорезывания зубов герметизировать фиссуры, то риск возникновения кариеса у ребенка существенно снижается

Процедуру нужно проводить практически сразу после прорезывания зубов. Она несложная и безболезненная, ее можно выполнить в поликлинике.





Кто такие *Streptococcus mutans* и чем они опасны

Частое потребление сладкого создает благоприятную среду для размножения в ротовой полости бактерий *Streptococcus mutans*

Эти бактерии создают кислую среду в ротовой полости, которая и разрушает зубную эмаль.





Ограничить потребление сахара, сладких напитков, и объяснить ребёнку, почему это важно

Избыточное потребление сахара приводит не только к развитию кариеса, но и к другим нарушениям в работе организма:

- К нарушению работы эндокринной системы;
- К проблемам с ЖКТ;
- К снижению иммунитета.





Важно знать

Если у ребенка прорезались все зубы, не значит, что они сформировались:

Процесс формирования зубов идет в среднем до 15 лет, а некоторые зубы формируются еще дольше.

