

ЧЕМ ОПАСНО ЗАБОЛЕВАНИЕ ДЕСЕН?

Единственный путь сохранения здоровых десен тот же, что и при профилактике заболевания зубов – **тщательное ежедневное удаление зубного налета** или, иначе говоря, чистка зубов и прилегающих к ним десен.

ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ ДЕСЕН

- **кровоточивость** при чистке зубов;
- **отечность** и покраснение;
- **болезненность**;
- **«отхождение»** от зубов;
- **появление** гноя при надавливании на десну;
- **изменение** положения зубов, их подвижность, выдвигание зубов вперед;
- **«удлинение»** зубов из-за «оседания» десны;
- **изменение** положения зубов при смыкании челюстей.



ПОЛЕЗНО ЛИ ЖЕВАТЬ ЖЕВАТЕЛЬНУЮ РЕЗИНКУ?

Сразу же после еды жевание резинки способствует очищению жевательных поверхностей зубов. Но при этом нетронутыми остаются межзубные промежутки, а именно там скапливаются основные остатки пищи, провоцирующие кариес. Также жевание стимулирует выработку желудочного сока. Если сразу после еды это достаточно полезно, то на голодный желудок это может привести к ожогу слизистой оболочки желудка, а в дальнейшем – к гастриту или язвенной болезни. Вкусовые добавки и ароматические отдушки, добавляемые в жевательную резинку, помогают на какое-то время избавиться от неприятного запаха изо рта. Однако дезодорирующий эффект от жевательной резинки быстро проходит.



БЕРЕГИ ЗУБЫ СМОЛОДУ

КОГДА СЛЕДУЕТ НАЧИНАТЬ ЧИСТИТЬ РЕБЕНКУ ЗУБЫ?

Начинать очищать полость рта новорожденного следует с первых дней его появления на свет. В начале для этих целей можно использовать **мягкую махровую тряпочку**, смоченную в теплой кипяченной воде или специальную **щетку-напалечник**. Благодаря этой процедуре полость рта очищается от остатков пищи и слизи. Кроме того, это хороший массаж десен и языка. После прорезывания первого зуба можно еще какое-то время использовать щетку-напалечник, но затем следует перейти на **мануальную зубную щетку**, предназначенную для детей **от 4 до 24 месяцев**. У такой щетки достаточно крупная удобная для удержания взрослым человеком ручка, что упрощает задачу родителей.

КОГДА РЕБЕНКА СЛЕДУЕТ ПОКАЗАТЬ СТОМАТОЛОГУ?

После двух лет или в возрасте около трех лет посетить стоматолога просто необходимо.



КАК ЧАСТО СЛЕДУЕТ ЧИСТИТЬ ЗУБЫ?

Чистить зубы необходимо не менее 2-х раз в день, но лучше каждый раз после еды, особенно после основных приемов пищи. После перекусов необходимо чистить межзубные промежутки флоссом (зубной нитью) и полоскать рот фторсодержащим ополаскивателем, а при его отсутствии – водой.

КАКАЯ ДОЛЖНА БЫТЬ ЩЕТИНА НА ЗУБНЫХ ЩЕТКАХ?

- У детских зубных щеток щетина должна быть только мягкой или очень мягкой.
- Кончики щетинок должны быть закруглены, чтобы не стирать эмаль зубов и не травмировать десны.

У КОГО РАЗВИВАЕТСЯ КАРИЕС?

Кариес развивается в любом возрасте и в любых зубах, особенно он процветает, когда для этого создаются все благоприятные условия. В тех семьях, где родители или любящие бабушки и дедушки позволяют своим детям кушать много сладкого, кариес проявит себя в полной красе и в очень раннем возрасте. Родители, будьте особенно внимательны, если обнаружите на поверхности зубов белые, желтые или коричневые пятна, а также, если зуб ребенка реагирует на холодную, горячую или сладкую пищу. Эти признаки могут свидетельствовать о поражении зуба кариесом.

