



## • ПАСТЫ, ЩЕТКИ...

- Детям младшего возраста рекомендуется пользоваться мягкими зубными щетками небольшого размера с редко расположенными пучками щетины. Ребенку постарше подбирается щетка с более жесткой щетиной. Длина рабочей части щетки должна соответствовать в среднем ширине трех зубов, а расстояние между пучками щетины должно быть 1-2 мм.
- Для детей выпускаются специальные гигиенические зубные пасты: «Детская», «Дракоша», «Моё солнышко», «Буратино», «Маленькая Фея», «Дюймовочка»
- Детские пасты имеют приятный вкус и аромат, что облегчает выработку навыка чистки зубов. Они рекомендуются при здоровых зубах и деснах.



Наличие стоматологических заболеваний, а также большая интенсивность образования зубного налета требуют применения особых гигиенических средств-лечебно-профилактических паст.

Заболевания пародонта, наиболее часто проявляющиеся у детей гингивитами (воспаление десен), требуют особо тщательной очистки поверхности зубов от зубного налета. С этой целью нужно использовать пасты, оказывающие не только очищающее, но и противовоспалительное действие.

Большое значение для гигиены полости рта имеет употребление овощей и фруктов в сыром виде. Это не только источник витаминов, но и фактор, улучшающий естественную очистку зубов



Систематическая (утром и вечером) чистка зубов с использованием зубных паст и полоскание рта после каждого приема пищи, а также двукратное посещение врача-стоматолога в течение года помогут сохранить здоровыми зубы ребенка.

## • ЧТОБЫ ЗУБЫ НЕ БОЛЕЛИ





## ЧИСТИТЬ ЗУБЫ РЕГУЛЯРНО

Чем вызвана необходимость регулярного ухода за полостью рта?

К двум с половиной годам ребенок становится обладателем 20 молочных зубов. В этот период в связи с сокращением межзубных промежутков и уменьшением слюноотделения затрудняется естественное самоочищение зубов, характерное для детей более младшего возраста. Кроме того, преимущественное употребление детьми мягкой, и измельченной пищи (каши, паровые котлеты, пюре, мягкий хлеб) не способствуют очистке зубов в процессе жевания. В результате во рту скапливаются пищевые остатки. Они являются хорошей питательной средой для многочисленных микробов. Под влиянием бактерий остатки пищи, застрявшие в межзубных промежутках, подвергаются распаду, брожению и гниению.

Поэтому ежедневный (утром и вечером) уход за полостью рта должен стать естественной потребностью ребенка. Выработать такие навыки у детей — обязанность родителей, воспитателей детских садов и врачей стоматологов.

Детская улыбка ... Сколько радости доставляет она всем нам. И как обидно, если лицо ребенка искажается от зубной боли. А ведь в этом часто повинны взрослые...

Ученые установили, что состояние зубов ребенка определяют многие факторы: режим и питание будущей матери в период беременности, питание самого ребенка, перенесенные им болезни

## Техника чистки зубов



• Научите малыша

• Овладеть навыками чистки зубов маленькому ребенку совсем не просто, поэтому обучение должно проводиться постепенно.

• Подскажите как правильно чистить зубы спереди (верхние- сверху вниз, нижние-снизу вверх). Необходимо обратить внимание ребенка на то, как держать щетку, чтобы очистить наружную боковую поверхность зубов справа и слева, жевательные поверхности верхних и внутренние поверхности боковых зубов.

