

О ПРОФИЛАКТИКЕ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ

Памятка для родителей

Каждый человек мечтает иметь сверкающую белизной улыбку. Какой будет улыбка Вашего ребенка зависит только от Вас.

Самые распространенные стоматологические заболевания – кариес зубов и заболевания пародонта хорошо поддаются контролю, если профилактические мероприятия начинаются как можно раньше и продолжаются в течение всей жизни.

Здоровые зубы – это не дар природы, а результат ежедневной, тщательной заботы о них.

Чтобы зубы и десны у ребенка были здоровыми необходимо:

1. Грудное вскармливание ребенка на первом году жизни. Материнское молоко способствует полноценному формированию твердых тканей зубов, устойчивых к кариесу, а сам акт сосания необходим для правильного развития челюстей. Нельзя давать ребенку сладкую воду, особенно на ночь, через бутылочку. Это способствует разрушению молочных зубов сразу после их прорезывания.

2. Показать ребенка детскому стоматологу, как только ему исполнится 6 месяцев и далее посещать стоматолога не менее двух раз в год.

3. Ограничить в питании ребенка сладких продуктов и напитков и исключить их в промежутках между основными приемами пищи.

4. Обеспечить ребенку возможность между основными приемами пищи перекусить «безопасными для зубов» продуктами, такими, как фрукты, сырные овощи, натуральные йогурты, молоко, сыры.

5. Ухаживать за зубами ребенка сразу после их прорезывания: протирать чистой тряпочкой или специальным напалечником после каждого кормления. Когда у него будет 10-12 зубов, необходимо купить самую маленькую зубную щетку с очень мягкой щетиной и чистить его зубы детской пастой перед дневным сном и на ночь, а с двух лет можно рекомендовать фторсодержащую зубную пасту, выдавливая из тюбика небольшое его количество (не более горошины).

6. Помнить, что чистить зубы ребенку до шести лет должны сами родители, так как уровень зрелости моторики ребенка не позволяет ему осуществлять качественную чистку зубов, а у более старших детей контролировать эту гигиеническую процедуру. Зубы Вашего ребенка должны получать кальций и фтор регулярно и часто, а лучшим их источником является зубная паста. Поэтому следите за тем, чтобы Ваш ребенок тщательно чистил зубы 2 раза в день: утром после завтрака, а вечером перед сном.

Соблюдайте эти нехитрые правила и лучшей наградой для Вас и Вашего ребенка будет здоровое детство и красивая улыбка.