

Государственное образовательное учреждение высшего
профессионального образования “Сибирский Государственный
медицинский университет”

Министерство здравоохранения и социального развития
Российской Федерации

(ГОУ ВПО СибГМУ Минздравсоцразвития России)

Кафедра стоматологии

Урок гигиены для детского сада

Почему нужно чистить зубы?



**Сегодня я вместе с
Машенькой расскажу вам
почему нужно чистить
зубы?**

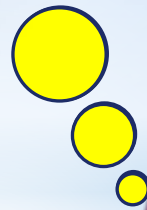




**Но сначала
давайте разгадаем
загадки...**







На зубах постоянно образуется налёт из микробов и остатков пищи. Частички пищи застревают между зубами. Поэтому обязательно надо чистить зубы.



Правила чистки зубов.

Зубы необходимо чистить минимум два раза в день: утром после завтрака, вечером после последнего приема пищи.

Щетку держат с захватом сверху. На щетку наносится небольшое количество пасты. Зубы чистят при разомкнутых челюстях.

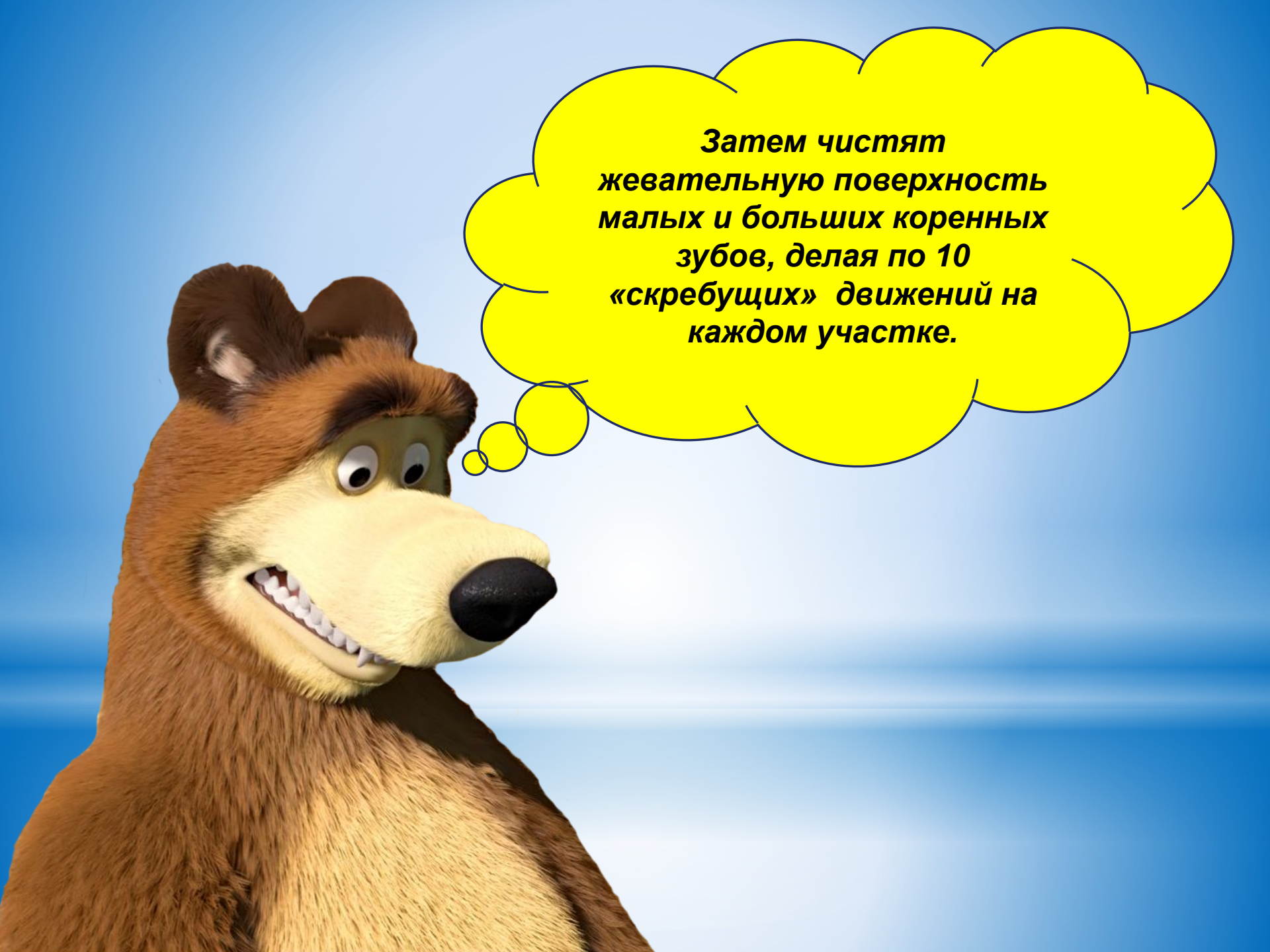


Сначала чистят зубы верхней челюсти. Чистку начинают с внешней поверхности зубов. Щетку располагают под углом 45 градусов к поверхности зуба. На каждом участке, состоящем из двух зубов, делают по 10 движений по направлению от десны к режущему краю зуба.



Таким же образом чистится внутренняя поверхность зубов. При чистке внутренней поверхности передних зубов щетка ставится перпендикулярно режущим краям и совершаются движения вперед.

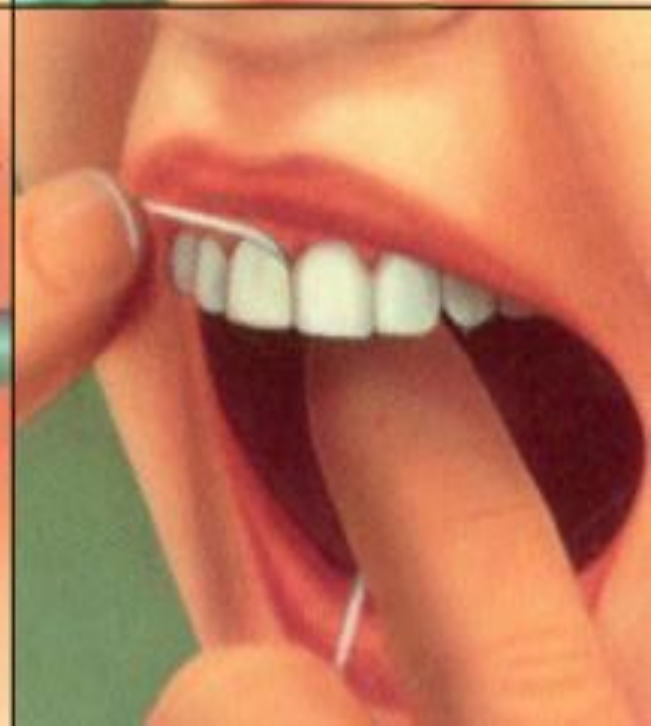
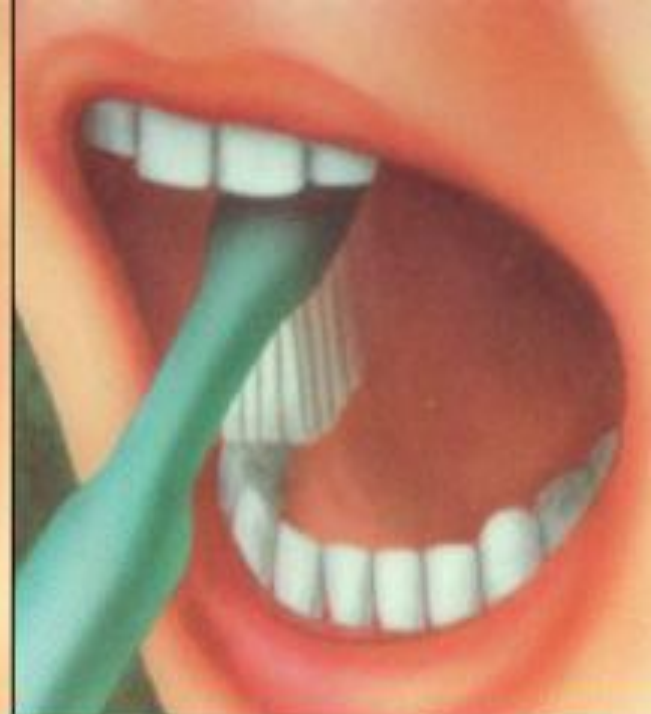
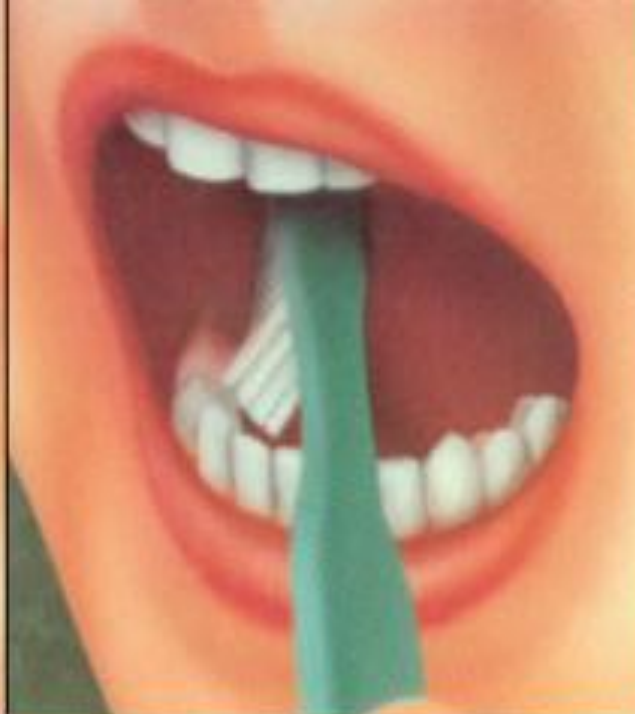


A cartoon bear with brown fur and a white muzzle is shown in profile, looking towards the right. A large yellow thought bubble is positioned above its head, containing text. The background is a light blue gradient.

**Затем чистят
жевательную поверхность
малых и больших коренных
зубов, делая по 10
«скребущих» движений на
каждом участке.**

Далее в том же порядке чистят зубы нижней челюсти. Завершают чистку массажем десен верхней и нижней челюсти. Процедура осуществляется при сомкнутых зубах. Для этого в области зубов и десен щеткой совершают круговые движения. Щетку моют и ставят в стакан щетиной вверх.





У многих из вас сейчас молочные зубы меняются на постоянные. Может быть, не стоит ухаживать за молочными зубами, раз они все равно выпадут?

Так рассуждать нельзя. Если молочный зуб заболел, то он заражает находящийся под ним, еще не вышедший наружу, постоянный зубик.

Получается: не ухаживая за молочными зубами, мы портим еще не появившиеся зубы, с которыми нам жить все оставшееся время.



Основные правила использования зубной щетки:

- 1. Перед чисткой и после чистки зубов необходимо тщательно вымыть щетку.**
- 2. Щетка должна храниться щетиной вверх.**
- 3. Не рекомендуется давать свою щетку другим людям.**
- 4. Щетку необходимо менять 1 раз в 1,5-2 месяца.**





**Надо чистить каждый зуб,
Верхний зуб, нижний зуб,
Даже самый дальний зуб,
Очень важный зуб.
Изнутри, снаружи три,
Три снаружи, изнутри.**



**Мы чистим, чистим зубы
И весело живем.
А тем, кто их не чистит,
Мы песенку поем:
— Эй, давай не зевай,
О зубах не забывай,
Снизу вверх, сверху вниз
Чистить зубы не ленись.**



ЧИСТОТА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ



Спасибо за внимание!

