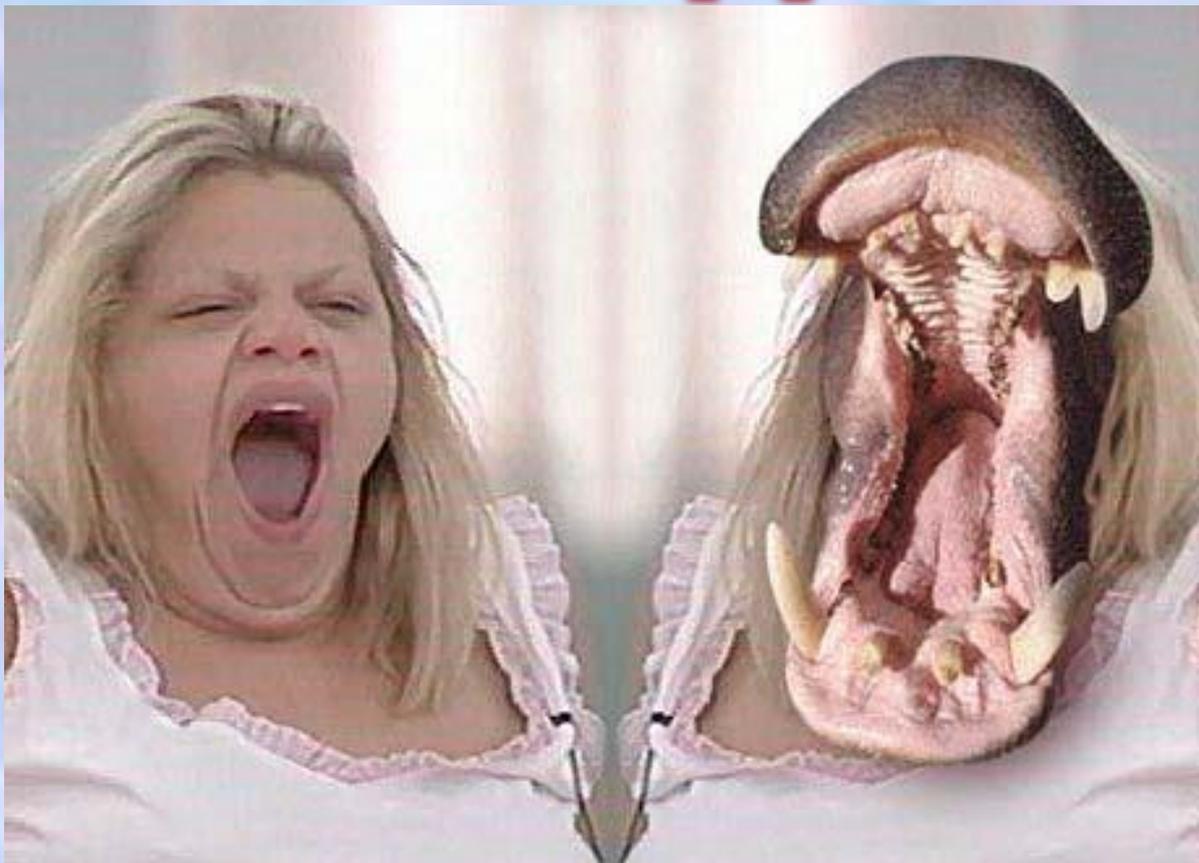


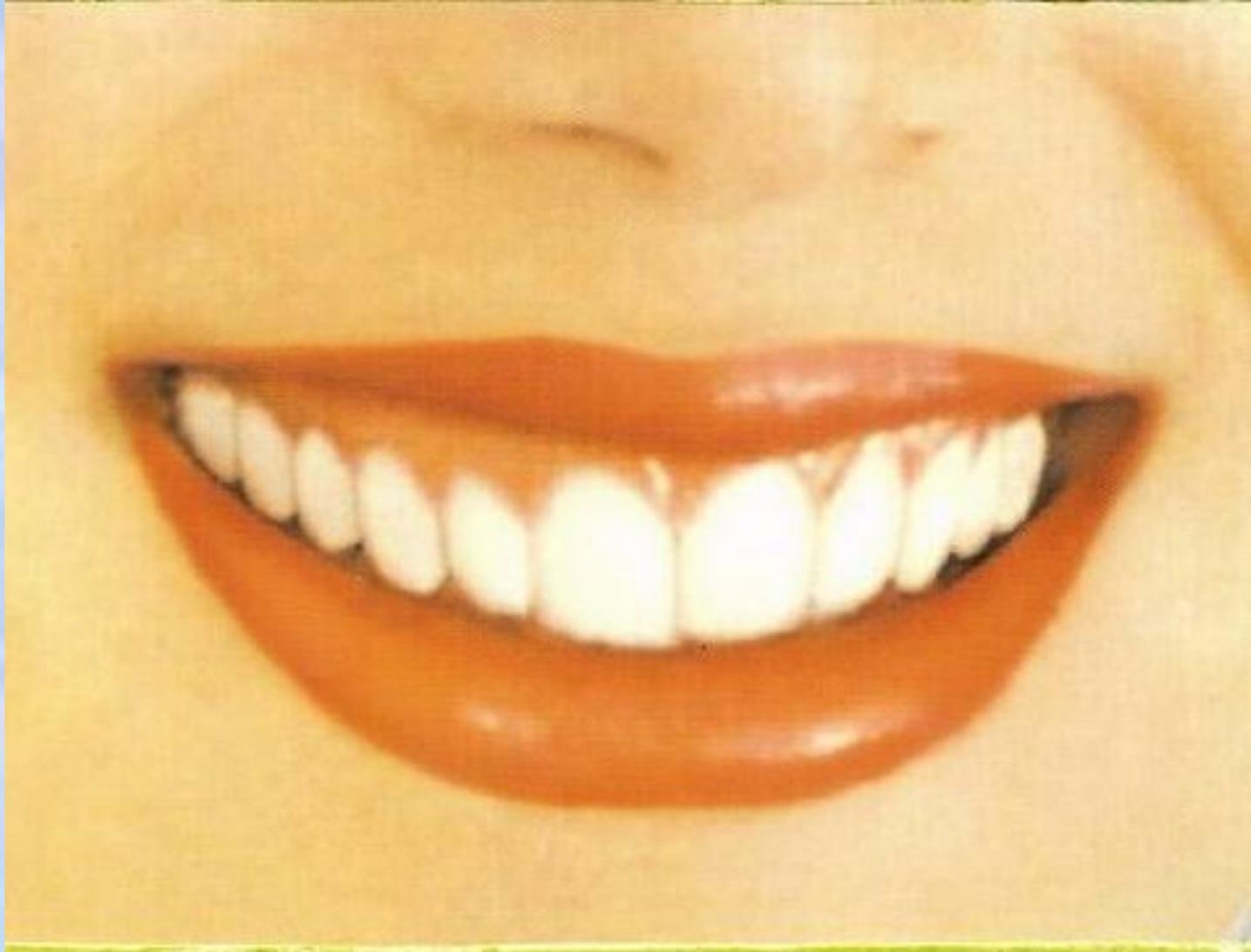
Зубы и уход за ними



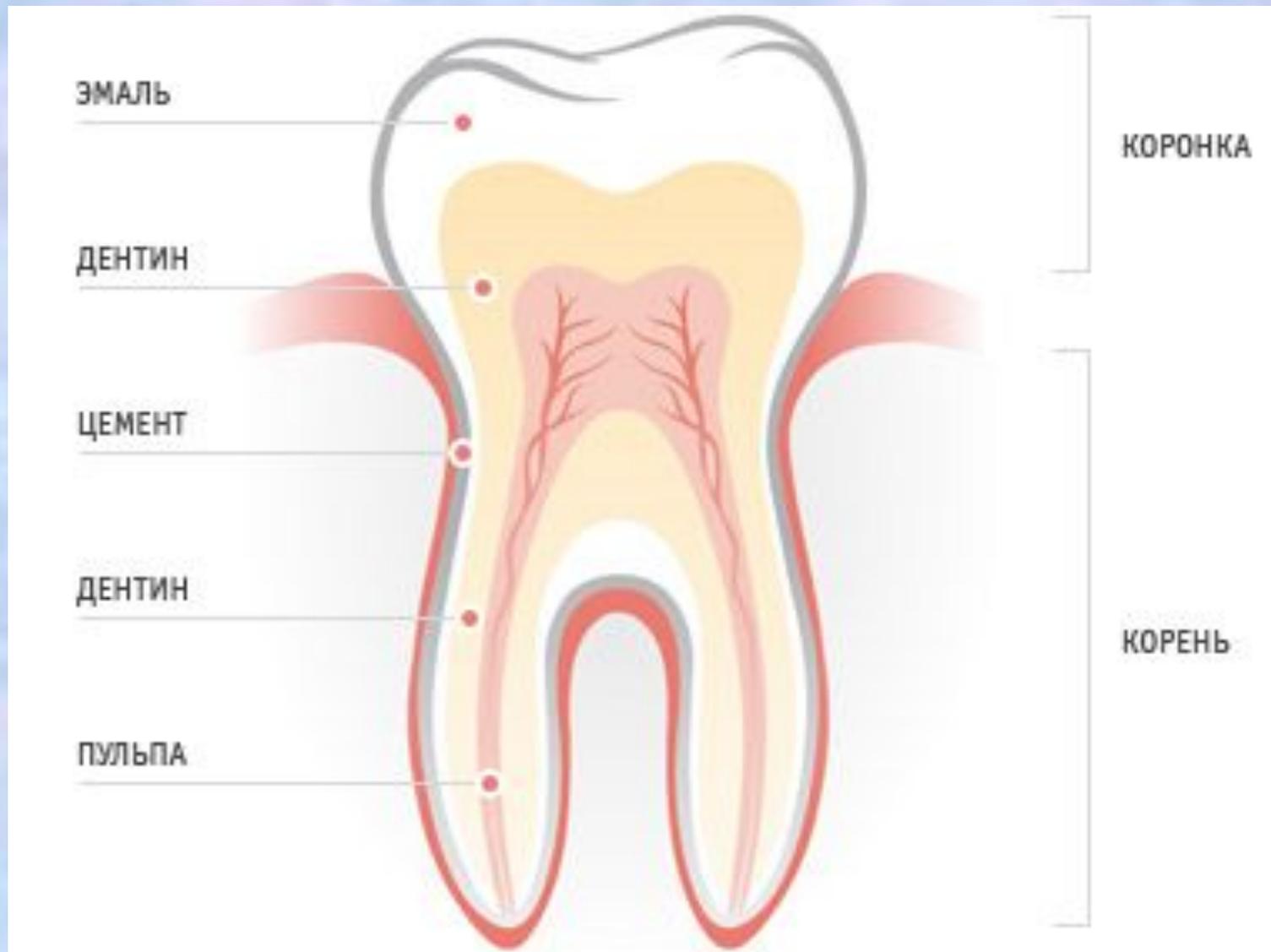
Задачи:

- Познакомить учащихся с заболеванием зубов (кариес) и десен (парадантоз, стоматит), мерами их профилактики.
- Повторить основные правила по уходу за зубами.
- Воспитывать позитивное отношение к здоровому образу жизни.

Здоровые зубы - гарантия здоровья



Строение зубов



Виды и функции зубов

Резцы

молочные/постоянные
тонкие и острые
зубы, используются
для разгрызания
пищи, деления
ее на куски

Клыки

молочные/постоянные
заостренные зубы,
служат для удержи-
вания и разрыва-
ния пищи

Малые коренные зубы

постоянные
на жевательной
поверхности имеют
два бугорка
и обеспечивают
размельчение и
раздробление пищи

Большие коренные зубы

молочные/постоянные
широкие и плоские,
наличие на жева-
тельной поверхнос-
ти от 3 до 5 бугор-
ков способствует
растиранию пищи.



Описание опыта

Цель: проверить и почувствовать работу зубов.

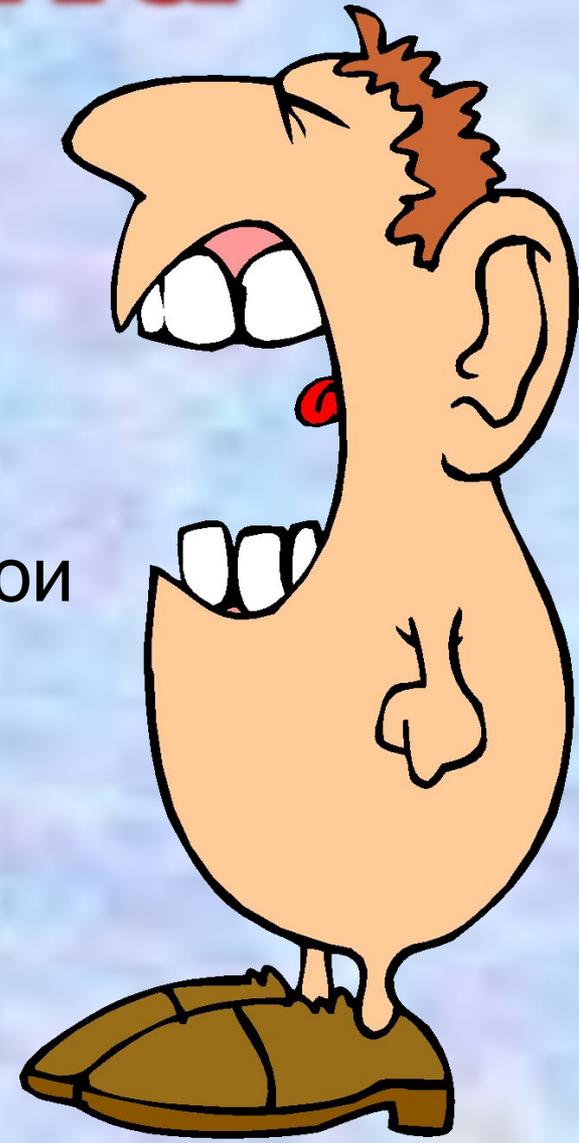
Оборудование: кусочек хлеба, яблока, моркови.

- При помощи хлеба, яблока, моркови чувствуем, как работают резцы, коренные и язык.
- Обращаем внимание, как работает нижняя челюсть.



ИТОГИ ОПЫТА

- Зубы у человека предназначены для дробления и перетирания пищи.
- Выделяют резцы, коренные и клыки.
- Каждый вид зубов выполняет свои обязанности.
- Движение челюсти снизу вверх только дробит пищу, а боковые движения перетирают ее.



Основные заболевания полости рта

Одной из основных зубных болезней является - кариес.

Кариес зубов представляет собой деструктивное разрушение твердых тканей зуба: эмали зуба, дентина и цемента зуба. Причина кариеса зуба микроорганизмы, которые поедают ткани зуба, неправильное питание и плохая гигиена полости рта. Внешне кариес проявляется в виде черных точек или отверстий на зубе.

Результатом вовремя незалеченного кариеса зуба будет новая болезнь зуба- **пульпиту**. **Пульпит** – это воспаление пульпы зуба его нерва. Доказано, что причиной пульпита, является попадание инфекции при запущенном кариесе из дентина зуба в пульпу зуба. Пульпит проявляется сильными, пульсирующими болями, обычно усиливающимися в ночное время, пульпитные боли намного сильнее чем боли при кариесе зуба, возникают самопроизвольно могут длиться несколько часов.



стоматологический инструмент для удаления нерва зуба и нерв накрученный на него

Пародонтит или как его насовсем правильно называют пародонтоз. Причинами пародонтита являются наследственные факторы, неправильное питание и плохая гигиена полости рта, стресс . Пародонтит проявляется в повышенной подвижности зубов их расшатывании и постепенном выпадении. При пародонтите также отмечается воспаление и кровоточивость десен. Заболевание в основном протекает безболезненно, пародонтит поэтому еще называют «тихий убийца» зубов.

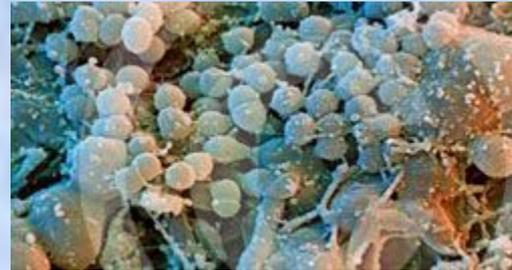


Стоматит характеризуется воспалением слизистой оболочки полости рта, ее покраснением, иногда отмечается опухание и зуд.



Причинами стоматита кроме плохой гигиены полости рта являются также: внутренние болезни, травмирующие факторы, нависающие на десну пломбы

**Тепло + влага + еда =
множество бактерий**



**Сахар + бактерии + кислота =
зубной налёт**



Зубные пасты

гигиенические



лечебно-профилактические



1. Чистить зубы 2 раза в день — после завтрака и ужина.
(Понижается кислотность и уничтожаются микробы во рту)
2. Чистить зубы со всех сторон не менее 3 минут.
(Обеспечивается снятие зубного налета)
3. Для чистки зубов использовать пасты, содержащие фтор.
(Укрепляется эмаль)
4. Чистить зубы щеткой с искусственной щетиной.
(В такой щетке заводится меньше микробов)
5. Хранить щетку на открытом воздухе щетиной вверх, предварительно намывив. *(Не заводятся микробы)*
6. Менять щетку 4 раза в год. *(Лучше чистятся зубы)*
7. После чистки зубов делать массаж десен вращательными движениями пальцев. *(Улучшается питание зубов)*
8. Использовать после еды зубочистки.
(Удаляются остатки пищи)

9. Полоскать рот после сна и после любой еды.

(Понижается кислотность во рту)

10. Использовать после еды жевательную резинку без сахара.

(Понижается кислотность во рту, нагружаются жевательные мышцы)

11. Интенсивно пережевывать сырые овощи и фрукты

(Хорошо очищаются и тренируются зубы)

12. Меньше есть сахара, конфет, печенья.

(Реже образуется кариес)

13. Не грызть ногти, карандаши и др.

(Реже возникают заболевания зубов и околозубных тканей)

14. Не есть одновременно горячее и холодное.

(Сохраняется эмаль зубов)

http://www.youtube.com/watch?feature=player_detailpage&v=FdVN6xWbenI

Как правильно чистить зубы.



Спасибо за внимание