

# ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМО ЧИСТИТЬ ЗУБЫ



*Автор: Гусарова София Игоревна,  
ученица 1 А класса  
МБОУ «СОШ №13», г. Новочебоксарска  
Научный руководитель: Паркина Надежда Евгеньевна, учитель  
начальных классов*



**Цель исследования:** выяснение  
причины необходимости каждый день  
чистить зубы

**Задачи исследования:**

- ★ Выяснить, зачем нужны зубы и как они устроены
- ★ Узнать, что такое кариес
- ★ Изучить историю ухода за зубами
- ★ Определить правила ухода за зубами
- ★ Выяснить, какую зубную пасту лучше использовать
- ★ Узнать, как мои друзья ухаживают за зубами

## Актуальность исследования

*В настоящее время проблема здоровья зубов у детей стоит очень остро, ведь от того, здоровы ли зубы, зависит и здоровье человека*

*Здоровье человека – тема для разговора всегда достаточно актуальная во все времена*

## Практическая значимость исследования:

*Дети приобретают информацию, позволяющую им правильно ухаживать за зубами, чтобы их зубки были здоровы.*

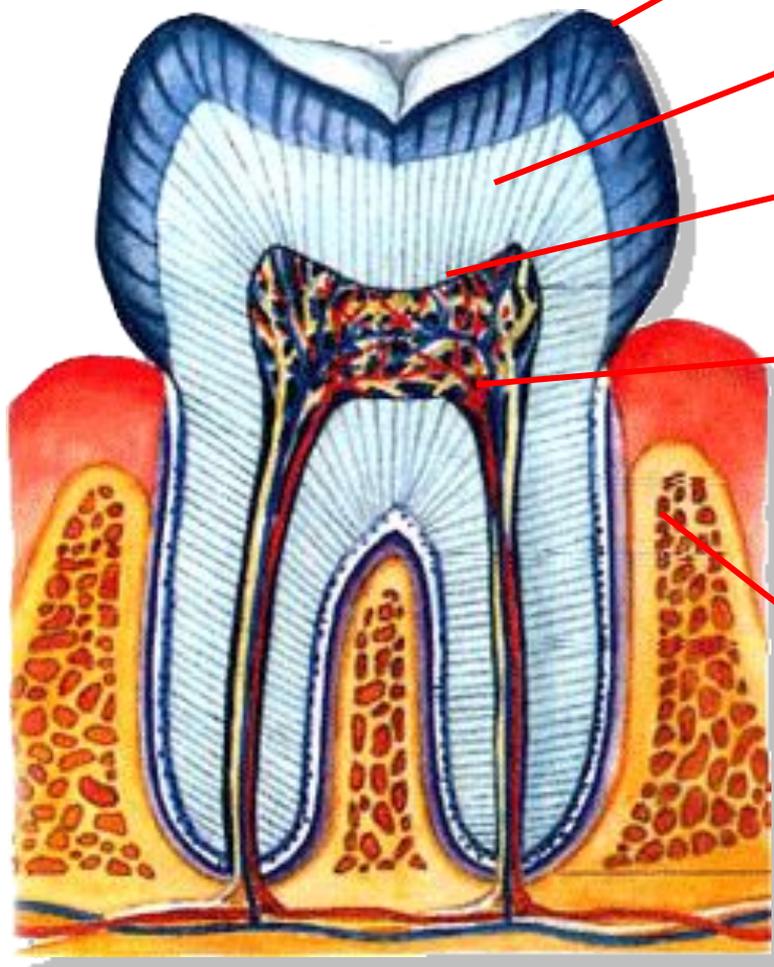
## Функции зубов



Зубы нужны человеку,  
чтобы:

1. Пережёвывать пищу.
2. Украшать улыбку человека.
3. Правильно произносить звуки.

# СТРОЕНИЕ ЗУБА



эмаль

дентин

пульпа

Сосуды  
и нервы

десна

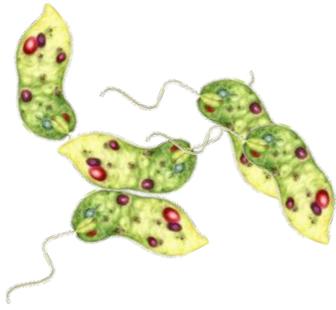
корень

# Основная причина возникновения кариеса - образование зубного налета:

1. Прежде всего, из-за недостаточной гигиены полости рта

2. Чрезмерного употребления сахаросодержащих продуктов.

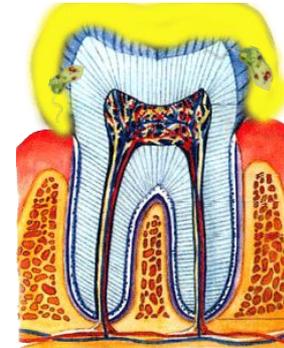
# Как образуется зубной налёт?



Бактерии



Сахар



Зубной налёт

18-28 часов

## Возникновения кариеса



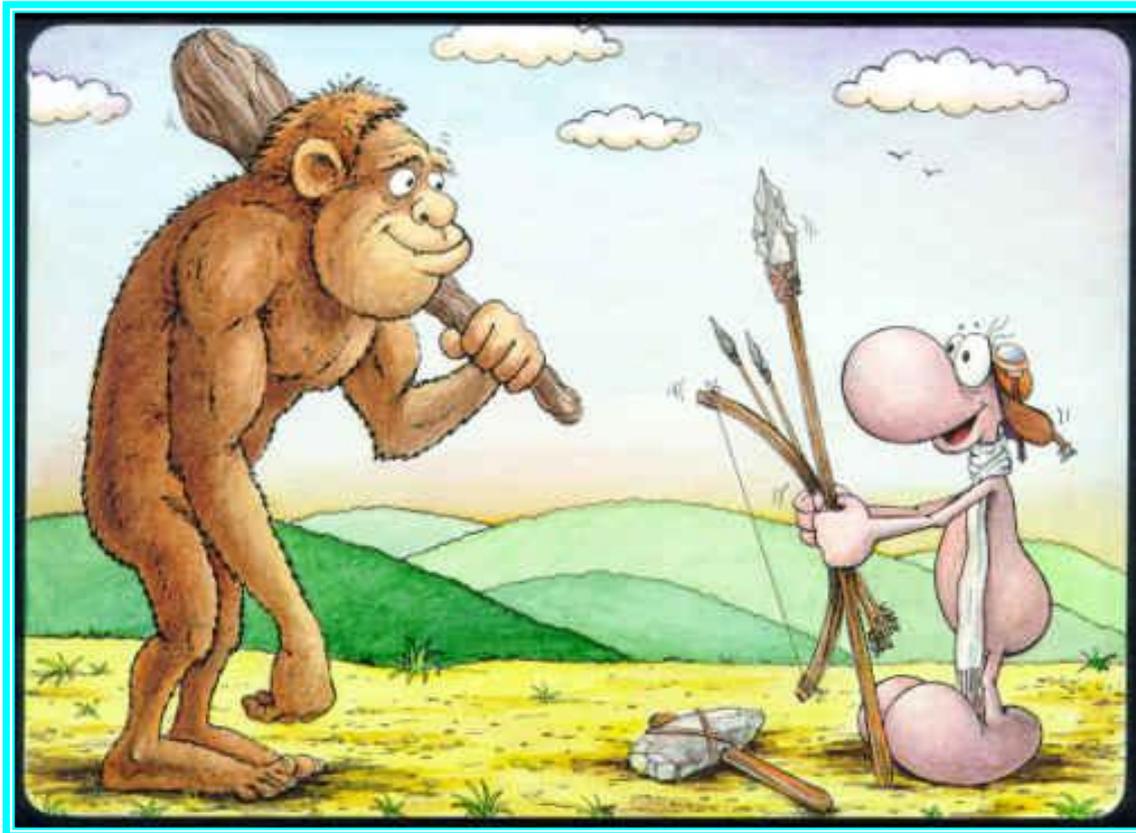
# КАРИЕС!

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

Такие детки будут не правы. Если молочный зуб заболел, то он заражает находящийся под ним, еще не вышедший наружу, постоянный зубик.

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

## ... ИЗ ИСТОРИИ...



Упоминание  
об уходе за  
зубами  
встречается  
ещё до нашей  
эры.

Палочки-  
ковырялочки

## ... ИЗ ИСТОРИИ...

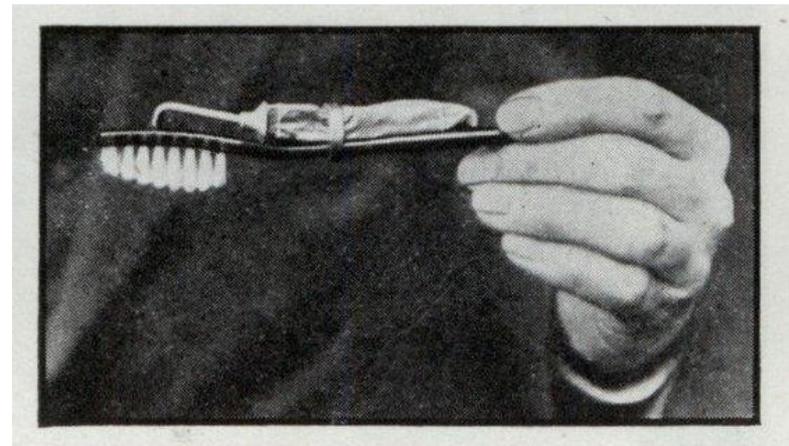
Впервые зубную пасту сделали в Древнем Египте, а вместо зубной щетки фараоны использовали специальные палочки.



... из истории...



Современная зубная щетка  
была изобретена  
Китайским Императором  
514 лет назад!  
Сделана она была из  
свиной щетины



**... из истории...**



**А первая  
электрическая  
зубная щетка  
была изобретена в  
Америке  
83 года тому назад.**

# Последовательность процесса чистки зубов.



## ***Вы готовы к борьбе с вашими микробами?***

***Ну тогда разберем способ чистки зубов 😊***

**1. Выметающими движениями двигайте головку щетки от десны по направлению к краям зубов. Делайте как минимум 10 выметающих движений. Двигайтесь к передним зубам.**

**2. Щетку располагаем горизонтально и производим движения вперед-назад (10 движений на каждые два зуба) и не забываем про верхнюю челюсть**

**3. Щетка располагается под углом и выметающими движениями двигается от десны к режущим поверхностям передних зубов, самых важных и красивых при улыбке.**

**4. Начинать чистить язык необходимо после того, как вы почистили зубы и прополоскали рот. Движения при чистке языка должны быть нежесткими, вести щетку нужно от корня до кончика языка.**

**Язык – идеальное место для скопления бактерий.**

**5. Дети могут самостоятельно пользоваться нитью начиная с 9–10 лет. До этого очищать контакты между зубами рекомендуется только родителям.**

# Золотые правила питания для сохранения

Чаще ешть  
твердые  
сырые овощи  
и фрукты.

Не



\*\*\*

каться  
ими —  
ить

Глотать  
пищу, только  
хорошенько ее  
разжевав.

После еды,  
особенно  
после  
сладостей,  
обязательно  
полоскать  
рот.

# Встреча с врачом – стоматологом Демьяновой Наталией Геннадьевной



# Врач – стоматолог Наталия Геннадьевна и медсестра Наталия Георгиевна ответили на все мои вопросы



# В опросе приняли участие 28 школьников 1 А класса

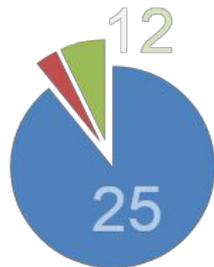


Новочебоксарская средняя школа №13

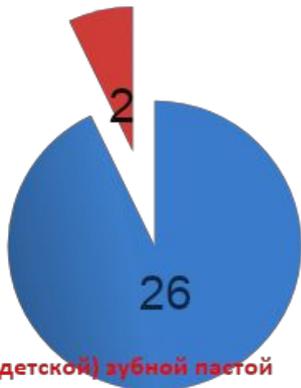
сентябрь 2012

# По данным проведенного исследования ВЫЯВЛЕНО:

Мнение о функциях зубов сложилось  
следующим образом:

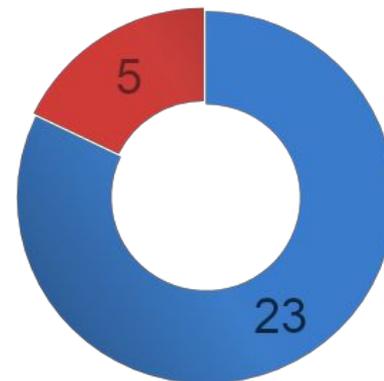


- для пережевывания пищи
- для правильного прикуса
- для красоты



- Специальной (детской) зубной пастой
- Пастой для взрослых

**ВСЕ** дети любят сладкое!



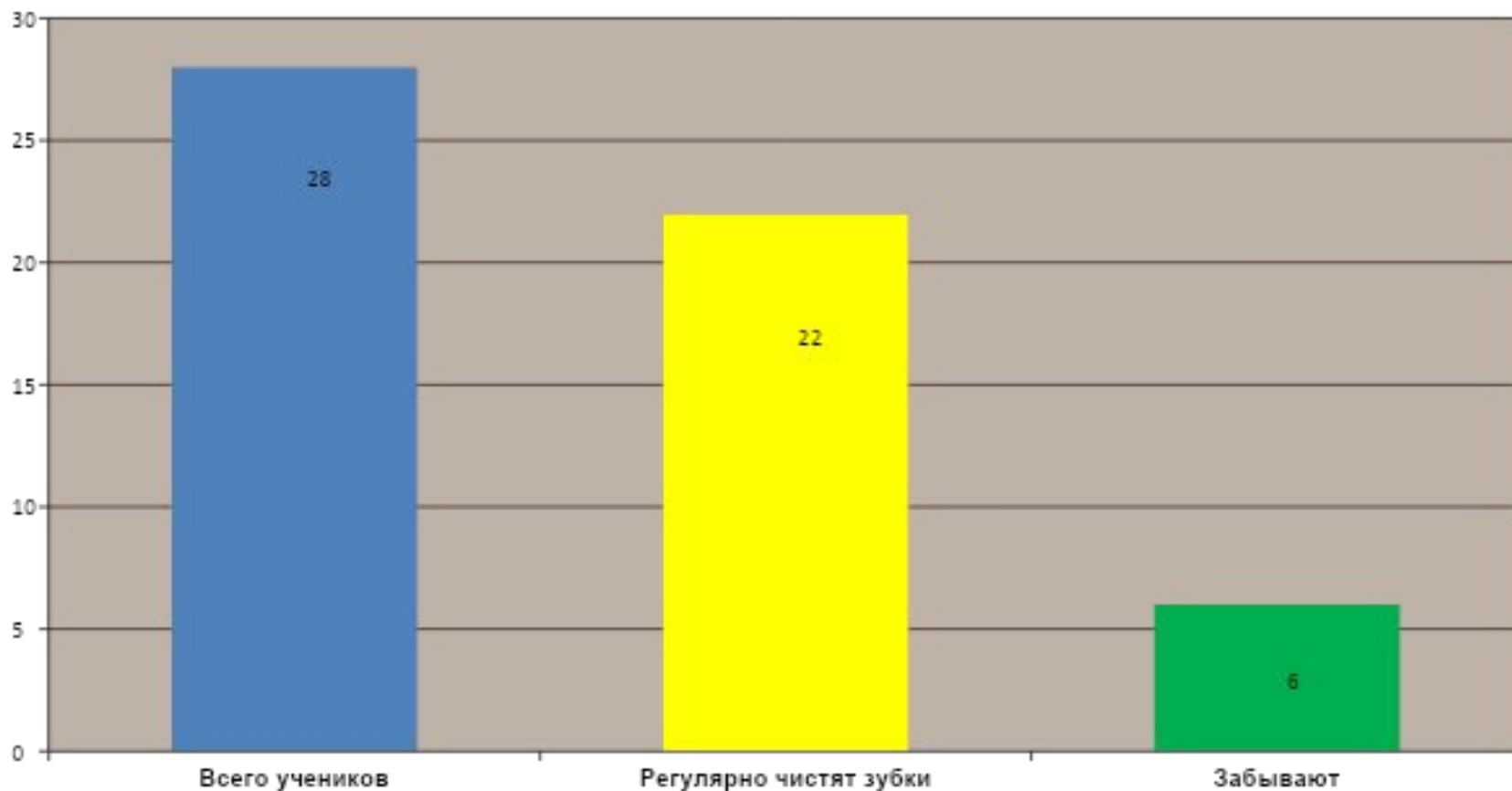
- Сладкое любят и часто употребляют
- Не любят или редко употребляют

Какими зубными пастами  
пользуются ученики?



**Практически ВСЕ ребята знают, что чистить зубы надо как минимум два раза в день.**

**Однако не всем это хочется делать, а некоторые просто забывают.**



**К сожалению, профилактические посещения стоматолога осуществляют только 11 детей.**



## Таким образом я пришла к следующим выводам:

1. Зуб – это не камешек, а живой орган, очень важный для человека
2. Кариес – это разрушение зуба под действием различных причин.
3. Есть 3 основных мероприятия для профилактики кариеса:
  - регулярно и основательно устранять зубной налет и остатки пищи;
  - значительно сократить потребление сахара и в особенности бросить привычку в промежутках между приемами пищи забавляться сладостями.
  - там, где питьевая вода содержит мало фтора, необходимо принимать его соединения в подходящей форме — применять фторсодержащие зубные пасты,
4. Существуют определенные правила ухода за зубами, которые позволяют избежать болезней зубов.
5. Проведя исследовательскую работу, я узнала, что большинство опрошенных учащихся знают эти правила, но не всегда их выполняют.
6. Я постараюсь правильно ухаживать за своими зубами, так как поняла, что это очень важно для моего здоровья!

**Чистить зубы дважды в день  
Пастой с фтором нам не лень.**

**Стоматолог дважды в год  
к себе в гости всех нас ждет.**

**Ешьте овощи и фрукты,  
А не сладкие продукты.**

**Спасибо за  
внимание!**



# Используемая литература:

1. Новые приключения Бобра Суперзуба – брошюра для школьников. М.
2. Необычное путешествие по Зубной Галактике – брошюра. М. ООО «Проктер энд Гэмбел».
3. Всемирная, мировая история. История ухода за зубами. Сайт [istoria.ru.articles/zuby.php](http://istoria.ru/articles/zuby.php).
4. БУДЬ ЗДОРОВ, РАСТИ БОЛЬШОЙ  
<http://dob.1september.ru/2004/14/5.htm>
5. МоеСознание  
<http://www.moesoznanye.ru/hystory/431-10-interesnyx-faktov-iz-istorii-stomatologii.html>
6. Кариес: причины и профилактика  
<http://www.u-lekar.ru/content/view/970/11/>