

# Здоровые зубы – залог здоровья



Работу выполнили: учащиеся 2 класса  
МКОУ «Солодушинская СОШ»  
Учитель: Пономарёва Н.А.

# Цель:

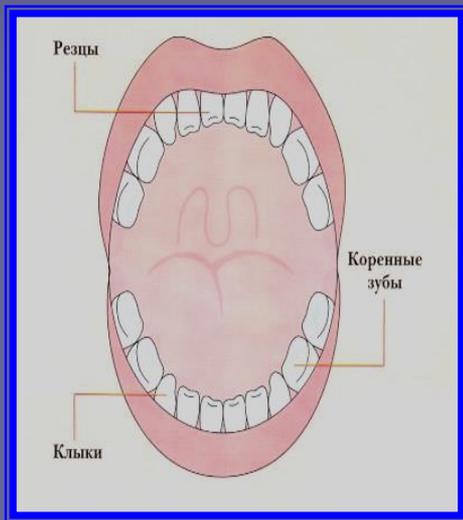
**показать необходимость  
ежедневного и правильного  
ухода за зубами.**



# АКТУАЛЬНОСТЬ

- Одна из основных задач общества – это забота о здоровье человека. А здоровье человека напрямую связано не только с полноценным и правильным питанием, но и гигиеническими правилами ухода за телом и полостью рта. Нередко одной из причин пропусков уроков является то, что у детей болят зубы, а всё дело в том, что дети употребляют много сладостей и не следят за состоянием своих зубов.
- Большинство детей не знают правил ухода за зубами, да и зачем нужно чистить зубы, с какой целью применяется зубная паста, точного ответа тоже не могут дать. Поэтому мы решили изучить информацию об уходе за зубами.

# ВИДЫ ЗУБОВ И ИХ ФУНКЦИИ



***РЕЗЦЫ*** – разгрызать  
твёрдую пищу

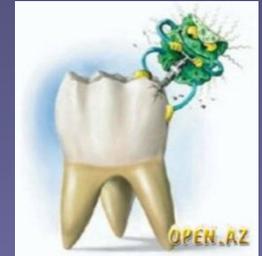
***КЛЫКИ*** – откусывать  
твёрдую пищу

***КОРЕННЫЕ ЗУБЫ*** –  
перетирать пищу

# Для чего ухаживать за зубами

**Правильный уход за зубами - это признак культуры. Неприятный запах изо рта препятствует общению.**

**Индивидуальная гигиена полости рта - это удаление остатков пищи и зубного налета с поверхностей зубов, десен и языка с помощью средств специального назначения. Гигиена полости рта - это основа нашего здоровья, так как инфекция, которая локализуется в больных зубах и около зубных тканях может стать причиной обострений хронических заболеваний любых органов. Поэтому еще в древности люди жевали смолу, которая очищала зубы и придавала дыханию свежесть.**



# Результаты неправильного ухода за полостью рта

При неправильном уходе за зубами на них образуется зубной налет, который является источником инфекции (воспаление твердых и мягких тканей зуба, около зубных тканей). Налет в основном откладывается в области перехода коронки зуба в корень (шейка зуба) и в межзубных промежутках, поэтому требуется тщательное очищение именно в этих труднодоступных местах.



Но даже при регулярном тщательном уходе иногда сохраняется неблагоприятное состояние полости рта. Это говорит о том, что средства по уходу за полостью рта были подобраны неправильно. В таком случае лучше обратиться к стоматологу, который посоветует, что именно вам больше подойдет.

# Индивидуальные средства по уходу за зубами

Основные:

Зубная щётка

Зубная паста



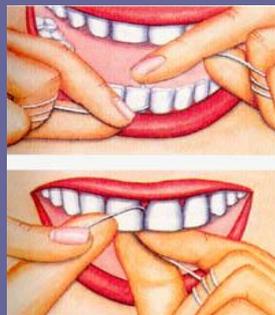
Дополнительные:

Зубная нить

Ополаскиватели

Жевательная

резинка

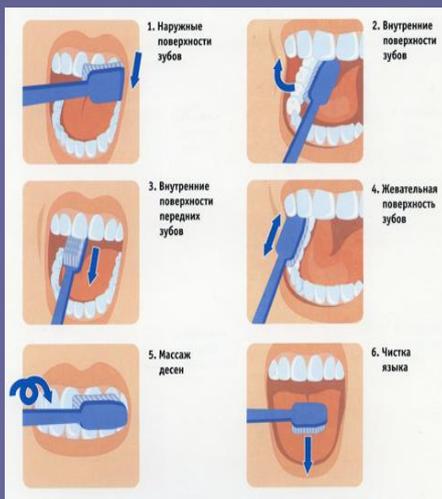


# Гигиена ротовой полости

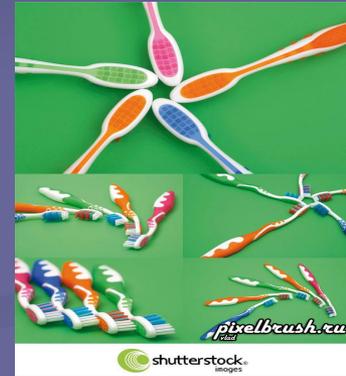


- “Сто болезней  
входит через рот”.  
*(Китайская пословица)*

# Не забывайте дважды в день чистить зубы!



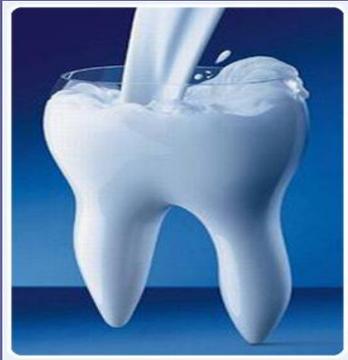
# Вовремя меняйте зубную щётку



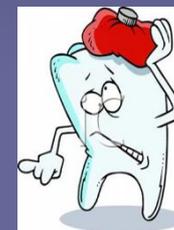
# Посещайте стоматолога 2 раза в год



# Ешьте полезные для здоровья зубов продукты: свежие овощи, фрукты, молочные продукты



# Не чередуйте горячую и холодную пищу: зубная эмаль может потрескаться



# Ешьте меньше сладкого



# Не грызите орехи, леденцы и другие твёрдые продукты



# Результаты осмотра

Здоровые зубы (чел.)	Кто нуждается в лечении?	Кто чистит зубы каждый день по утрам?	Кто чистит 2 раза в день?	Чистит редко
6	8	6	3	5



# Вывод

- Чтобы предотвратить разрушение эмали зубов, необходимо ежедневно обрабатывать зубы пастой, содержащей фтор. Зубная паста, содержащая фтор, укрепляет зубную эмаль.

- Ежедневные гигиенические процедуры предупреждают возникновение и препятствуют развитию стоматологических заболеваний.

- Кислоты разрушают зубную эмаль.

- Из всего этого следует: ухаживая за зубами, мы продлеваем себе жизнь.

- Работать над данной темой нам было очень интересно, увлекательно, мы узнали много нового.



**Будьте здоровы!!!**