

**и его  
первые  
зубки.**

**Полезная  
информаци  
я для  
родителей.**

**Подготовила:  
Голубина М.И.**



# 6 самых главных вопросов о чистке зубов:



# 1. Когда начинать чистить зубы?

Зубы начинают чистить детям с момента их появления, т.е. с 1-ого зубика. Ошибочно считать, что раз они молочные, и заменяются постоянными, то за первыми зубами не нужен уход. Зубы формируют форму овала лица, строение лицевых мышц, и влияют на очень многие факторы: дикция, прикус, красота. Зубы малышей можно протирать марлевой салфеткой или специальной мягкой щеткой, которая насаживается на палец.



## 2. Какой зубной пастой лучше чистить зубы детям?

Как только ребенок  
немного привыкает к  
манипуляциям в полости  
рта пора переходить на  
зубную щетку с пастой.

Большинство  
стоматологов  
рекомендуют пасты  
ROCS, SPLAT, LAKALUT  
подходящие по возрасту



На зубную щетку выдавливается горошинка зубной пасты, зубки чистятся со всех сторон осторожными выметающими движениями, особое внимание в области десен. Маленькие дети еще не умеют прополаскивать ротик, поэтому водой смачивается марлевая салфетка и зубная паста убирается с зубов, если что-то останется между зубками или ребенок успеет что-то проглотить, не надо этого пугаться: детские зубные пасты( от 0 до 3-х лет) разработаны так, что их можно глотать.



Если ребенок отрицает  
возможность чистки зубной  
пастой, вам помогут специальная  
насадка для пасты.



Главное, любая зубная  
паста используемая  
ребенком в первую  
очередь должна  
подходить ему по  
возрасту.

# 3. Какую зубную щетку выбрать ребенку?

Головка щетки должна быть маленькой и перекрывать не более 2-ух зубов.

Срок службы 1-2 месяца



## 4. Если уже есть проблемы с зубами,

### что можно еще использовать?

Минерализующий гели ROCS или TOOTH MOUSSE.

Они помогают насытить зуб минералами, которые его укрепят и повысят устойчивость к кариесу. Помогает также детям с чувствительными зубами. После достижения 2 лет появляется возможность также использовать фтор содержащие таблетки (проконсультироваться со стоматологом)



## 5. Сколько по времени нужно чистить зубы?

Время чистки зубов 3-4 минуты.

Чистить зубы необходимо 2 раза в день, утром после завтрака и вечером перед сном.

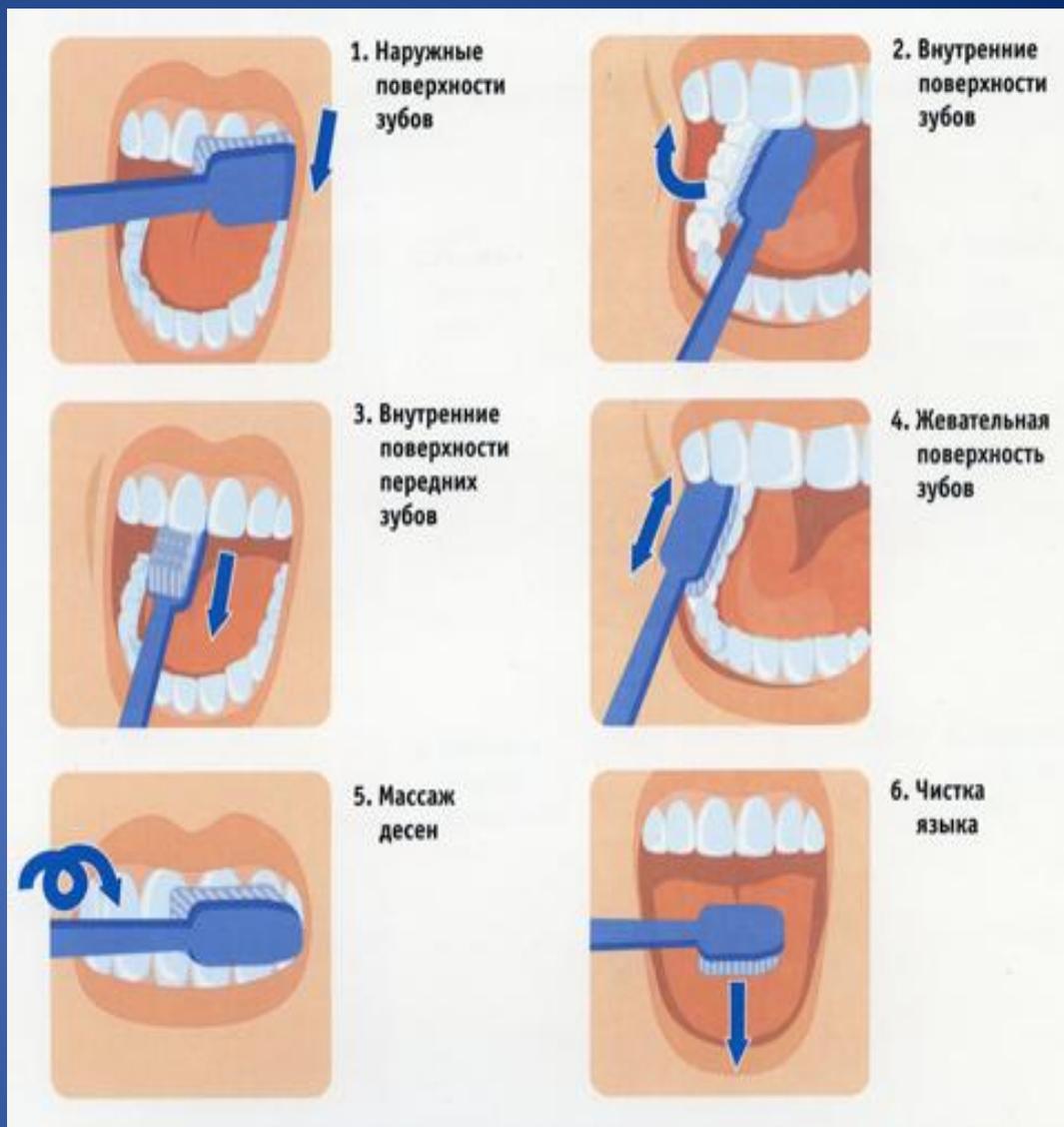
Как правильно чистить зубы:

- чистыми руками берется зубная щетка и промывается чистой проточной водой,
- на зубную щетку наносится зубная паста размером с горошину,
- рот нужно тщательно прополоскать теплой водой



# Общественно Чистка зубов

Горизонтальные,  
вертикальные и  
круговые  
движения.  
Преобладать в  
чистке зубов  
должны  
выметающие  
движения



-время чистки зубов 3-4  
минуты. Для того, чтобы  
следить за тем сколько длится  
чистка зубов - вам помогут  
таймеры

-Если ребенку рекомендовано врачом, то после полоскания рта водой, могут следовать полоскания фторсодержащими ополаскивателями, либо нанесение на зубы специальных реминерализующих гелей.

-Зубная щетка промывается  
теплой проточной водой,  
устанавливается в специальный  
стакан.

- 6. Как научить ребенка чистить зубы?

Конечно же, на своем примере и на примере мультиков, игрушек. Чистите зубы вместе с ребенком. Держите щетку вместе и направляйте движения ребенка.

Так он лучше запомнит и привыкнет к регулярности гигиенических процедур. К 2-ум годам ребенок уже должен научиться чистить зубы самостоятельно, но до 6-7 лет дочищать и проверять качество чистки должны родители.

Главное , не забывайте о том , что стоматолог должен осматривать ребенка с молочным прикусом после двух лет жизни каждые 3-4 месяца , после 6 лет-2 раза в год



Спасибо за внимание!

