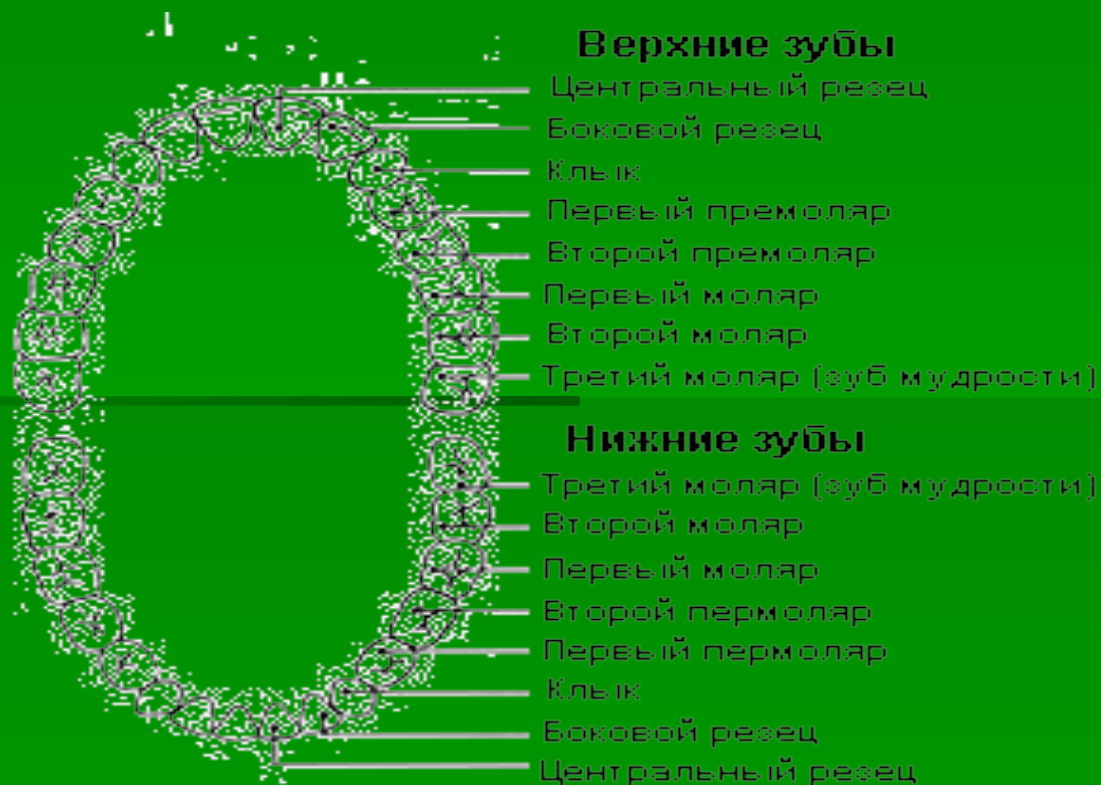


Зубы и уход за ними

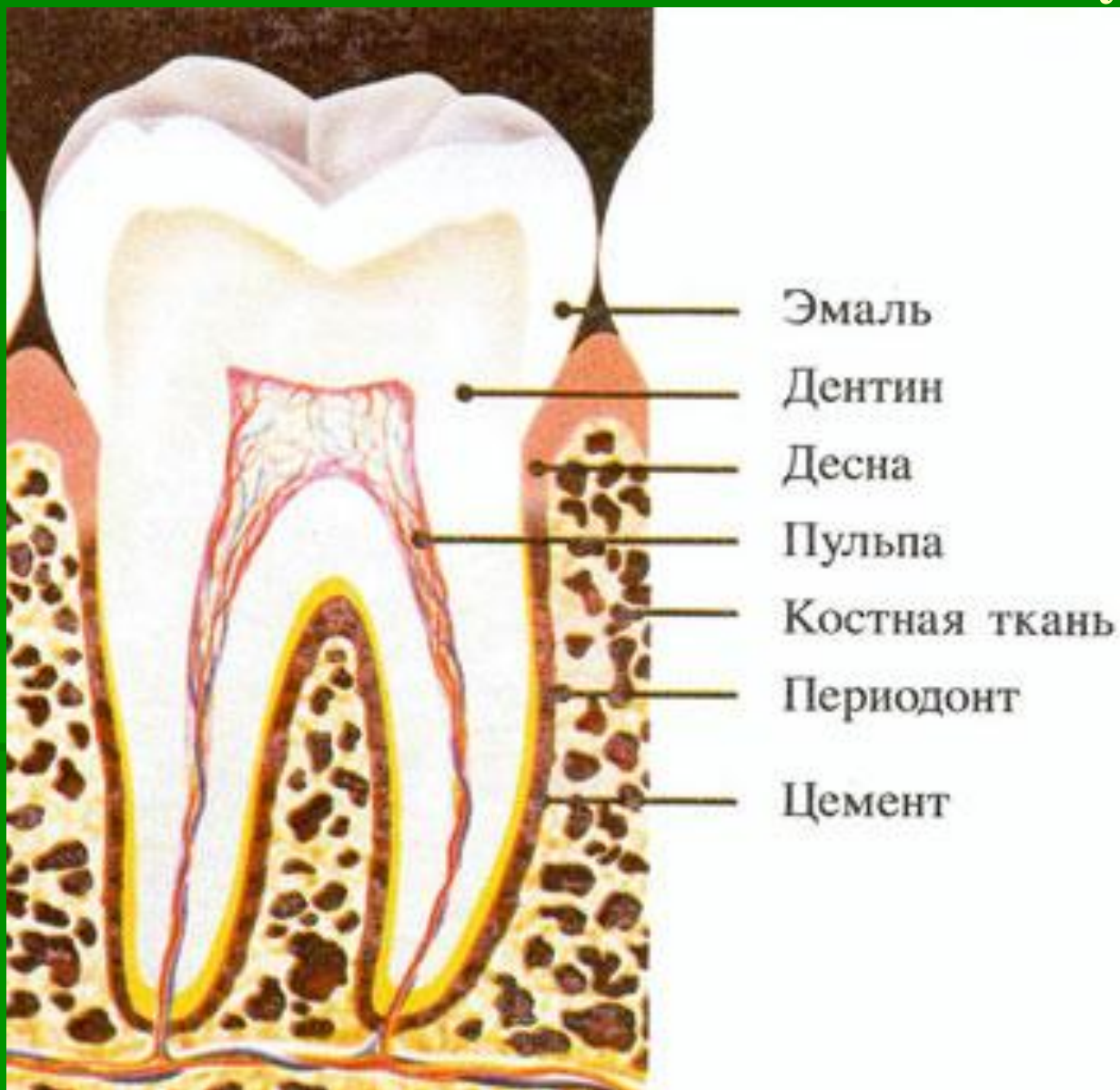


Первые зубы у детей - молочные - начинают прорезываться примерно с четырех месяцев, и к трем годам занимают свои места. В шесть лет молочные зубы начинают выпадать и заменяться постоянными зубами, большинство которых вырастает к тринадцати годам.

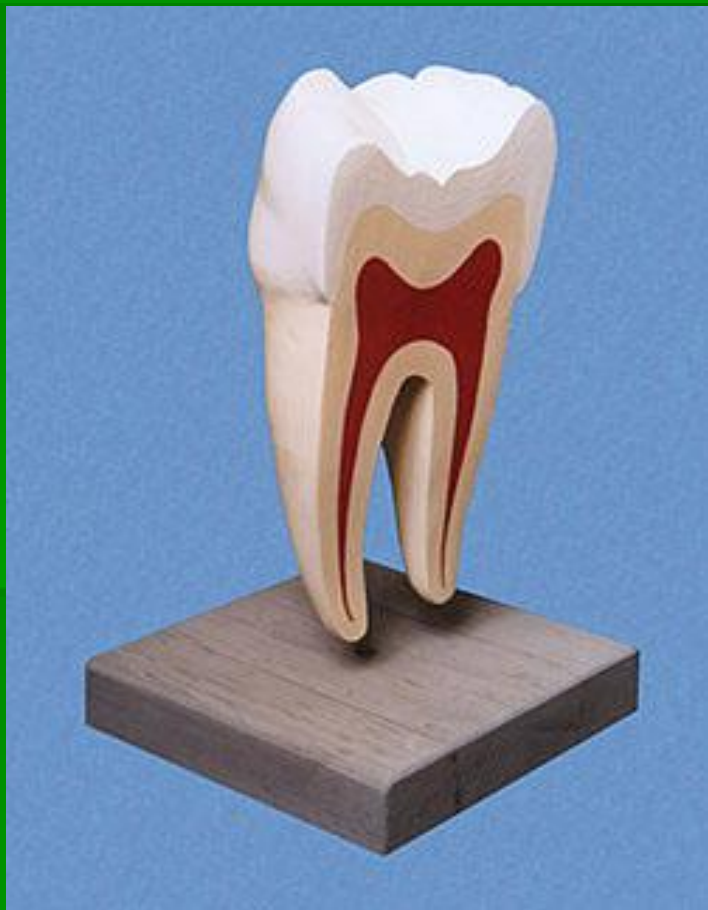
Посмотрите, как располагаются ваши зубы в полости рта:



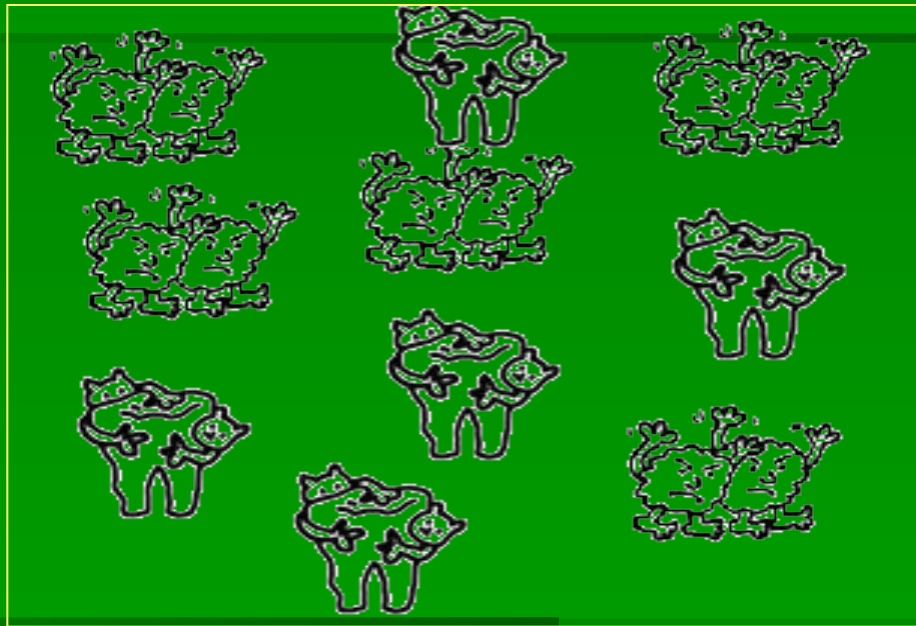
Из каких же частей состоит каждый зуб?



А вот так выглядел бы зуб в разрезе:



Самые главные враги зубов –
это микробы и вредные бактерии!



Они появляются на зубах после еды и очень быстро размножаются и если ты не будешь ухаживать за зубами, огромное количество микробов и бактерий начнут разрушать их и возникнет....

кариес

◦ **Кариес** (от лат. *"caries"* = *костоеда*)

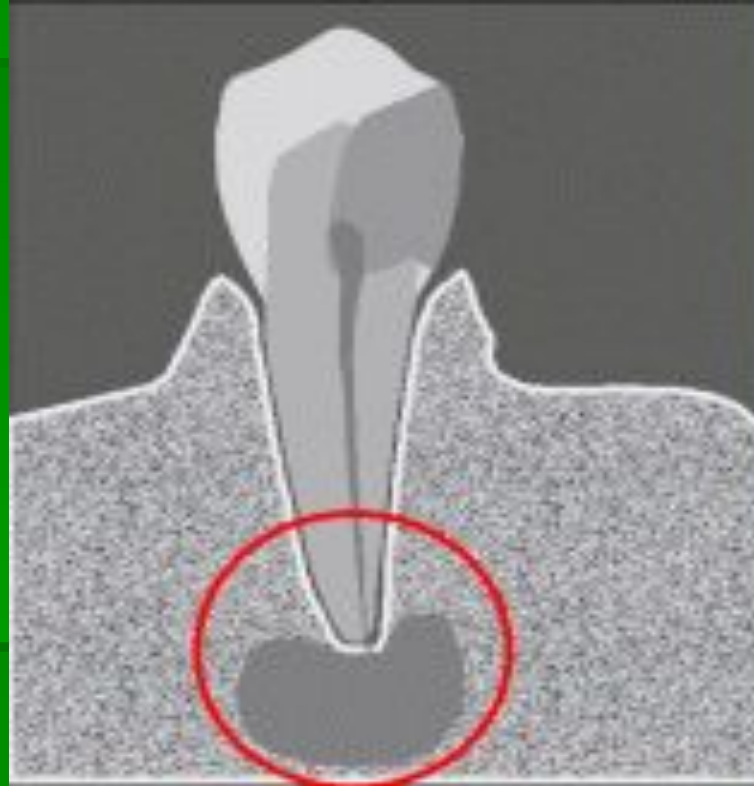
= это процесс, проявляющийся нарушением минерализации и последующим разрушением твердых тканей зуба под воздействием бактерий с образованием полости.

Микроорганизмы, "переваривая" углеводы из пищи выделяют молочную кислоту, что способствует разрушению минеральной основы зуба. Далее бактерии проникают в лежащие ниже слои и начинают разрушать их.

Огромную роль при возникновении кариеса играет неправильное питание, несоблюдение правил гигиены

полости рта.

**С поверхности зуба микробы проникают в десну и
вызывают воспаление.**



И тогда:



Ой-ой-ой! Больно!!!

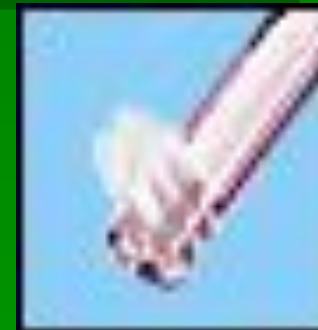
Что делать, что бы зубы не болели?

1. Обязательно чистить зубы два раза в день - утром и вечером!
И не меньше **3** минут!



Для этого тебе нужна зубная паста
и зубная щетка.

Посмотри, какие бывают щетки:



И важно это делать правильно



Зубная щетка
должна
двигаться по
зубу сверху
вниз



Не забывай
очищать
внутреннюю часть
зуба



Обязательно
очищай
пространство
между зубами



Аккуратно вычисти
задние (коренные)
зубы. И пройдишь
несколько раз
щеткой по верхней
стороне коренных
зубов

2. Полоскать рот после еды!

**3. Не ковырять в зубах
металлическими предметами, для
этого есть деревянные или
пластмассовые зубочистки!**

**4. И обязательно посещать
стоматолога не реже двух раз в год!**



**Обычно дети очень боятся зубного врача,
но если ты правильно ухаживаешь за
зубами, то тебе бояться нечего - ведь у тебя здоровые
зубы.**

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**

