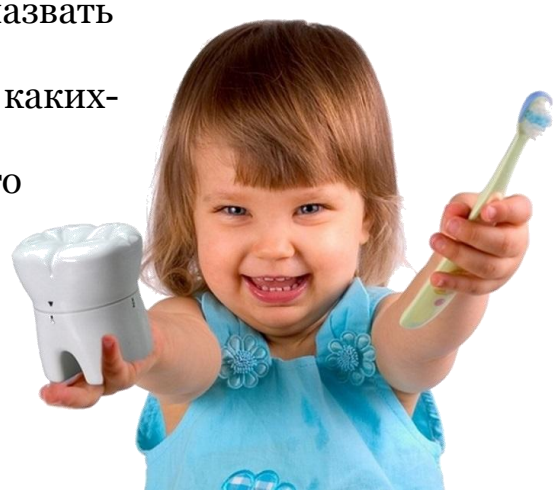
Чтобы зубы не болели

Рост, развитие и состояние здоровья ребенка тесно связаны с формированием и функцией зубочелюстной системы.
Когда зубы здоровы и правильно расположены, ребёнок спокойно откусывает любую пищу и пережевывает её. Здоровые зубы измельчают пищу тщательно, она пропитывается слюной, что обуславливает хорошее усвоение питательных веществ, повышение аппетита.
Если у ребенка зубы разрушены, слизистая оболочка не здорова (на ней периодически появляются язвочки) или зубы верхней и нижней челюсти не правильно расположены по отношению друг к другу (неправильный прикус), ребёнок с трудом откусывает пищу, плохо её пережевывает. При этом в желудок поступает грубая пища, плохо пропитанная слюной и загрязненная микробами из разрушенных зубов пища. Она может стать причиной развития воспаления слизистой оболочки желудка и других заболеваний. У детей, имеющих отклонения прикуса. Помимо нарушения основной функции жевания, нередко отмечается ротовое дыхание, неправильное глотание, нарушение речи.

Возраст от 3 до 7 лет – период интенсивного роста и развития челюстей. В это время начинается смена молочных резцов на постоянные и прорезывание постоянных зубов. Все это создает благоприятные условия для устранения выявленных отклонений в формировании прикуса и привития навыков правильного откусывания, пережевывания и глотания пищи, дыхания и правильной речевой артикуляции. В числе причин развития неправильного прикуса следует назвать наличие вредных привычек – сосание и прикусывание губ, щек, языка, пальца или каких-либо предметов. Отучить детей от вредных привычек не просто. На это требуется много времени, внимания, настойчивости со стороны взрослых.
Если родителям не удается своими силами устранить у ребенка вредную привычку, необходимо обратится к специалисту (врачу- ортодонту).



Немаловажное значение имеет и гигиена полости рта. Наблюдения врачей стоматологов указывают на то, что кариес зубов чаще бывает у детей, не соблюдающих гигиену полости рта. Повседневная практика свидетельствует: уход за зубами не стал ещё прочным навыком для большинства детей дошкольного возраста. В результате во рту скапливаются пищевые остатки – хорошая питательная среда для микробов. Под влиянием бактерий остатки пищи, застрявшие в межзубных промежутках, подвергаются распаду, брожению и гниению. Отсутствие гигиенического ухода приводит к тому, что продукты гниения и брожения отрицательно влияют на твёрдые ткани зубов, вызывают воспитательные процессы.

Поэтому ежедневный (утром и вечером) уход за полостью рта должен стать естественной потребностью ребенка. Вырабатывать такие навыки у детей - обязанность родителей и врачей стоматологов.

Овладеть навыками чистки зубов ребёнку совсем непросто. Надо научить ребёнка правильно держать зубную щетку, чтобы очистить наружную и боковую поверхность зубов справа и слева, жевательные поверхности верхних и нижних, внутренние поверхности боковых зубов. Вначале дети чистят зубы без пасты. Затем, когда ребёнок полностью овладеет этой манипуляцией, можно учить его пользоваться пастой. Стойкий навык дети приобретают к 4-5 годам.

Дети младшего возраста пользуются мягкими зубными щетками небольшого размера с редко расположенными пучками щетины. Ребёнку постарше подбирается щётка с более жёсткой щетиной. Длина рабочей поверхности щётки составляет ширину трёх зубов.

Для детей выпускают специальные зубные пасты. Лечебно-профилактические пасты назначаются ребёнку врачом.

Систематическая (утром и вечером) чистка зубов с использованием зубных паст и полоскания рта после каждого приёма пищи, а также двукратное в течение года посещение врача стоматолога с профилактической целью помогает сохранить зубы ребёнка.