

зубы. Кариес развивается в любом возрасте и в любых зубах, особенно он процветает, когда для этого создаются все благоприятные условия. В тех семьях, где родители или любящие бабушки и дедушки пичкают своих ненаглядных деточек, внучек и внучков конфетками, тортиками, пирожными и прочими сладостями, боясь разгневаться любимое чадо отказом и ограничением, у детей кариес проявит себя в полной красе и в очень раннем возрасте.

Родители, будьте особенно внимательными, если обнаружите на поверхности зубов белые, желтые или коричневые пятна, а также, если зуб ребенка реагирует на холодную, горячую или сладкую пищу. Эти признаки могут свидетельствовать о поражении зуба кариесом.

 **Чем опасно заболевание десен?**

Единственный путь сохранения здоровых десен тот же, что

и при профилактике заболевания зубов – тщательное ежедневное удаление зубного налета или, иначе говоря, чистка зубов и прилегающих к ним десен.

**Признаки заболевания десен:**

- кровоточивость при чистке зубов;
- отечность и покраснение;
- болезненность;
- «отхождение» от зубов;
- появление гноя при надавливании на десну;
- изменение положения зубов, их подвижность, выдвигание зубов вперед;
- «удлинение» зубов из-за «оседания» десны;
- изменение положения зубов при смыкании челюстей.



**БЕРЕГИ  
ЗУБЫ  
СМОЛОДУ**

ГБУЗ «Центр медицинской профилактики»  
министерства здравоохранения  
Краснодарского края  
[www.med-prof.ru](http://www.med-prof.ru)

г. Краснодар



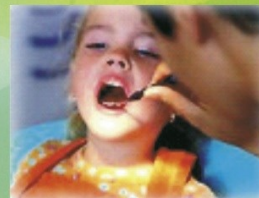
### **Когда следует начинать чистить ребенку зубы?**

Начинать очищать полость рта новорожденного следует с первых дней его появления на свет. В начале для этих целей можно использовать мягкую махровую тряпочку, смоченную в теплой кипяченной воде или специальную щетку-напалечник. Благодаря этой процедуре полость рта очищается от остатков пищи и слизи. Кроме того, это хороший массаж десен и языка.

После прорезывания первого зуба можно использовать зубную щетку, предназначенную для детей от 4 до 24 месяцев. У такой щетки достаточно крупная, удобная для удержания взрослым человеком ручка, что упрощает задачу родителей. Предварительное использование махровой тряпочки приучит ребенка к процедуре очищения рта, и когда произойдет постепенный переход на зубную щетку, он воспримет это спокойно, без криков и истерик.

### **Когда ребенка следует показать стоматологу?**

Желательно, чтобы педиатр, наблюдающий за общим развитием организма ребенка, до двухлетнего возраста следил и за состоянием его ротовой полости. После двух лет посетить стоматолога просто необходимо. Поскольку, начиная с этого возраста, можно проводить профилактические мероприятия и контролировать эффективность их действия.



### **Как часто следует чистить зубы?**

Чистить зубы необходимо не менее 2-х раз в день, но лучше каждый раз после еды, особенно после основных приемов пищи, а после промежуточных – прочистить межзубные промежутки флоссом (зубной нитью) и прополоскать рот, лучше фторсодержащим ополаскивателем, а

при его отсутствии – водой.

### **Какая должна быть щетина на зубных щетках?**

У детских зубных щеток щетина должна быть только мягкой. Использование щетки с более жесткой щетиной может привести к развитию эрозии эмали или преждевременному образованию патологической стираемости твердых тканей зубов, или к клиновидному эффекту. Кончики щетинок должны быть закруглены, чтобы не стирать эмаль зубов и не травмировать десны.

### **У кого развивается кариес?**

Кариес появляется у детей уже с молочными прикусом, а у отдельных особо избалованных чад молочные зубы прорезаются уже с «дырками», а это самый откровенный предвестник того, что та же участь ждет и постоянные

