Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка №26 «Солнышко» г. Светлоград Петровского муниципального района Ставропольского края

**«Как правильно ухаживать за зубами»**

**(консультация)**

Подготовила:

Королева Т. Н.

воспитатель МБДОУ ЦРР

№26 «Солнышко

**2017г.**

 Очень важно научить ребёнка правильно ухаживать за зубами. Зубная щётка должна быть яркой, привлекательной для детей.

1. Направьте щётку под углом 45 градусов волосками в сторону дёсен. Такие движения увеличивают кровообращение в дёснах и укрепляют их.

2. Чистите все боковые и наружные (губные и щёчные) поверхности верхних и нижних зубов.

3. Чистите все жевательные поверхности верхних и нижних зубов.

4. Чистите все внутренние (язычные) поверхности.

5. Чистите все поверхности больших коренных зубов.

6. Чистите все внутренние (язычные) поверхности передних зубов и межзубные промежутки.

 Сначала будем чистить грудку верхних зубов движением щётки сверху вниз, слева на право. Потом будем чистить стенку верхних зубов движением щётки сверху вниз, слева направо.Теперь будем чистить жевательные поверхности задних зубов (те , которыми жуём), движением щётки сзади к середине: сначала слева к середине, а потом справа к середине. В такой же последовательности чистим нижние зубы. Делайте вместе со своим ребёнком все движения последовательно.

Расскажите детям о том, что если чистить зубы правильно каждый день, то щётка скоро станет старой, поэтому её надо менять каждое время года: осенью, зимой, весной, летом.

Обязательно два раза в год нужно посещать врача- стоматолога и формировать у ребёнка правильное отношение к таким визитам.

Последовательность выполнения гигиенических навыков.

1.Вымыть руки.

2. Прополоскать рот.

3.Промыть щетку под краном.

4. Нанести на щетину зубную пасту.

5. Чистить зубы по сегментам, каждый сегмент 30 секунд.

6. Длительность чистки 3 минуты.

7. Чистка межзубных промежутков.

8. Чистка щёткой языка.

9. Прополоскать рот водой или эликсиром.

10. Намылить щётку и поставить в стакан щетиной вверх.

Родители должны:

1. Научить ребёнка правильно чистить зубы.

2. Следить, чтобы ребёнок чистил зубы после еды и перед сном.

3. Поощрять здоровые привычки ребёнка.

4. Давать ребёнку полезные для зубов продукты.

5. Дважды в год отводить ребёнка к стоматологу.

6. Быть примером для ребёнка и чистить зубы вместе с ним.

Необходимо правильно питаться: ежедневно ребёнок должен получать, мясо, молоко, рыбу, чёрный хлеб, овощи и фрукты. Нужно приучать детей к твёрдой пищи: это укрепляет дёсна и зубы.

Как поел, почисти зубки!

Делай так два раза в сутки.

Предпочти конфетам фрукты,

Очень важные продукты.

Чтобы зуб не беспокоил,

Помни правило такое:

К стоматологу идём

В год два раза на приём.

И тогда улыбки свет

Сохранишь на много лет!

Чтобы зубы не болели,

Вместо пряников , конфет

Ешь морковку на обед.

Вот вам дети наш совет.

## Болезни зубов у детей

 Большая часть родителей считает, что лечить молочные зубы бессмысленно, так как они выпадут, а коренные вырастут здоровыми. Это не так. Если больной молочный зуб выпал, на его месте появится уже пораженный новый зуб. Такие дефекты – это инфекция в организме, которая оказывает негативное влияние на работу других органов.

Рассмотрим болезни детских зубов, которые встречаются наиболее часто.

### Кариес у детей

 Кариес — одна их самых распространенных проблем у детей. Детские зубы сильнее подвержены разрушительному действию бактерий. Тонкая эмаль не предохраняет детский зуб достаточно, как у взрослых, в результате кариозный процесс проникает вглубь, вызывая пульпит и периодонтит. Болезнь может затронуть сразу несколько молочных зубов.

 Симптомы кариеса у ребенка – это небольшое грязно-серое или черное пятнышко на эмали.

 Нередко из-за неправильного использования сосок у малышей развивается так называемый бутылочный или кариес передних зубов. С ним нужно бороться на самой ранней стадии, так как он быстро распространяется на соседние ткани.

 Тщательный уход за детскими зубами, ограничение ребенка в сладком помогут предупредить развитие болезни.

 Если не лечить данную болезнь у ребенка, это приведет к более серьезным проблемам ротовой полости, а также дальнейшему проникновению инфекции в организм ребенка.

### Пульпит у детей

Пульпит – заболевание, связанное с воспалением пульпы.

Детские стоматологи выделяют следующие формы этой болезни:

* острый;
* хронический.

Симптомы пульпита – сильная боль при надкусывании, отек мягких тканей, повышение температуры тела и нарушение аппетита.

Существует 3 метода его лечения: удаление пульпы, частичная ампутация и сохранение пульпы.

### Неправильный прикус

 Ровные зубы у ребенка хотят видеть все родители. Но немногие прилагают к этому необходимые усилия. Исправление неправильного прикуса возможно в любом возрасте, но лучше начинать делать это в детстве.

 Начинать лечение неправильного прикуса у детей необходимо с молочных зубов, не дожидаясь смены на коренные. Кривые зубы у ребенка выровнять проще, когда челюстные кости находятся в стадии роста.

 Проконсультироваться со специалистом можно еще до прорезывания детских зубов. Это позволит предупредить осложнения, которые могут спровоцировать рост кривых зубов.

 Неровные зубы могут привести к тяжелым последствиям, в том числе и к болезням детских десен. Поэтому так важно уделять этой проблеме достаточно внимания.

## Заболевания десен

 Очень часто стоматологи диагностируют у детей заболевания десен, включая пародонтит. При первых признаках поражения десен (покраснение, воспаление, кровоточивость) сразу же обратитесь к стоматологу. Халатное отношение может привести к проникновению инфекции в организм и поражению детских внутренних органов.

Наиболее часто у детей диагностируют следующие заболевания десен: гингивит, стоматит, периодонтит, пародонтоз, пародонтит.

### Стоматит у детей

Стоматит – заболевание слизистой оболочки полости рта.

Симптомы проявления данного недуга у ребенка следующие: отсутствие аппетита, повышенная температура, появление язвочек и белого налета на деснах, боли в лимфоузлах.

Стоматит бывает:

* Травматическим;
* Вирусным (герпесным);
* Грибковым;
* Аллергическим;
* Афтозным.

 Признаком герпесного (вирусного) стоматита являются высыпания на губах и повышение температуры. При афтозном – на деснах появляются язвочки с ярко-красным ободком.

 Метод лечения зависит от вида патологии, при легкой форме может быть достаточно обработки полости рта дезинфицирующим раствором, при более сложных формах назначают противовирусные и противоаллергические препараты.

### Гингивит

 Инфекционный гингивит встречается у детей часто. Особенно ему подвержены малыши в период прорезывания зубов, когда инфекция попадает в рот с погремушками и прорезывателями.

 Гингивит так же часто возникает в процессе появления зубов при повреждении десны.

 Для профилактики гингивита нужно уделять внимание питанию ребенка, приему витаминов, а также повышению иммунитета малыша. При чистке детских зубов нужно использовать мягкую щетку и пасту с антисептическими свойствами.

 Лечение гингивита назначается стоматологом после осмотра. Как правило, рекомендуется проводить полоскание раствором соды или слабым раствором марганцовки.

### Периодонтит у детей

 Воспаление периодонта (соединительной ткани между зубом и десной) происходит, как правило, из-за инфекции, развивающейся во время кариеса и последующего пульпита. Также болезнь может появиться из-за травмы, приема лекарственных препаратов.

 При периодонтите появляются жалобы на боль в пораженном зубе, повышенная температура, вялость, отсутствие аппетита. При появлении подобных признаков нужно немедленно обратиться к врачу.

 При лечении периодонтита необходимо раскрывать детский зуб для удаления инфекции, обработки каналов. Если же после лечения появились осложнения в виде кист, нарушение образования костных тканей, то молочный зуб предпочтительнее удалить.

### Пародонтоз у детей

 Пародонтоз проявляется в связи с недостаточным уходом полости рта, слабым иммунитетом, отсутствием лечения гингивита и других инфекционных болезней десен.

 При пародонтозе зубной налет формируется в камень, который проникает вглубь десневого кармана, тем самым нарушая целостность детского зубного ряда. Симптомами пародонтоза являются бледные десна, расшатывания зубов, кровоточивость, зуд в пораженных тканях.

 У детей эта болезнь зубов развивается быстрее, чем у взрослых, поэтому при первых признаках нужно обратиться к стоматологу.

 Предотвратить стоматологические заболевания и обеспечить необходимую профилактику можно благодаря регулярным осмотрам ребенка у стоматолога. Даже выбор зубной щетки и пасты для малыша лучше делать вместе с дантистом. Раз в месяц посещайте с ребенком детского дантиста.

