

БЕРЕГИ ЗУБЫ С МОЛОДУ



Когда ребенок рождается, у него в деснах уже есть зубы. В возрасте 6-7 месяцев начинают прорезываться молочные зубы. Всего у ребенка 20 молочных зубов. В возрасте 6-7 лет корни молочных зубов начинают рассасываться. Затем зуб расшатывается и выпадает.

В возрасте 7-8 лет у ребенка передние молочные зубы начинают заменяться постоянными. Взрослый человек имеет 32 постоянных зуба. Они закладываются очень рано и располагаются между корнями молочных.

У детей в период от 6 до 12 лет имеется «смешанный зубной ряд», т.к. у них есть как молочные, так и постоянные зубы.

Кариес зуба вызывается бактериальным зубным налетом.

Микроорганизмы, содержащиеся в зубном налете, превращают сахар пищи в кислоту, которая начинает разрушать зубную эмаль.

На первых стадиях кариеса процесс можно повернуть вспять при помощи восстанавливающей минеральной состав зубной эмали фтористой зубной пасты.

Фторид защищает зубы четырьмя способами:

- ✓ Препятствует воздействию кислоты;
- ✓ Помогает восстанавливать эмаль, поврежденную кислотой;
- ✓ Делает восстановленную эмаль более прочной и кислотоустойчивой;
- ✓ Снижает активность кислоты, создавая среду, в которой бактерии размножаются с трудом.

БОЛЕЗНИ ДЕСЕН

Болезни десен часто начинаются в детстве. Первым признаком поражения десен нередко является кровь на зубной щетке.

Заболевание десен провоцируется накоплением зубного налета, который раздражает ткань. Если бактерии продолжают размножаться, с течением времени они могут разрушить костную основу и поддерживающий аппарат зуба. Зуб, который с виду совершенно здоров, начинает качаться, и спасти его уже невозможно. Каждый раз, когда мы едим сладости и пьем сладкие напитки, бактерии в зубном налете перерабатывают сахар в кислоту, которая затем разрушает зубы. Однако зубы имеют естественную защиту. Это слюна, выделяемая слюнными железами. Она растворяет и нейтрализует кислоту, смывая ее с поверхности зубов. Слюна также помогает залечивать повреждения зубов на начальной стадии. Неприятности начинаются, когда слюна не справляется с огромным количеством кислоты во рту. Сладости и сладкие напитки поддерживают высокое содержание кислоты, и естественная защита организма перестает действовать. Чтобы поддерживать низкий уровень содержания кислоты во рту и дать слюне возможность выполнить свои функции, дети должны ограничить количество сахара, которое они потребляют с пищей.

Вместо сладостей нужно есть больше сырых фруктов, овощей, орехов, семян; вместо нектаров и шипучих напитков с большим содержанием сахара лучше пить разбавленные несладкие диетические напитки, натуральные соки и частично обезжиренное молоко.

Зубы нужно чистить два раза в день. В настоящее время рекомендуется способ чистки зубов - трение. Такой способ наиболее эффективен для защиты зубов детей. Как показывает опыт, дети охотно и быстро его осваивают. Дети до 6 лет должны чистить зубы под присмотром взрослых.