

Как же сохранить зубы ребенка здоровыми?

Детям нужно давать твердую пищу, чтобы для ее разжевывания потребовалась значительная работа зубов и челюстей с обеих сторон. Не старайтесь кормить детей с молочными зубами протертой пищей. Пусть грызут яблоки, репу, морковь и корки от хлеба. Энергичное жевание усиливает не только отделение слюны, но и приток крови к челюстям, улучшая их питание. При этом челюсти развиваются нормально, и постоянные зубы располагаются ровными рядами.

Важно своевременно начать уход за полостью рта и зубами ребенка. Родителям следует помнить, что уход за молочными зубами и их сохранение здоровыми до появления постоянных зубов также необходимы, как и уход за постоянными зубами, т.к. кариес молочных зубов вызывает разрушение постоянных.

Поэтому, как только у ребенка появились молочные зубы, следует после каждого кормления давать кипяченую воду, а более старших детей приучать полоскать рот после каждой еды.

Приучите чистить зубы утром и обязательно вечером перед сном.

Чистка зубов выполняется так

- ✚ сначала нужно вымыть руки с мылом и хорошо промыть зубную щетку под струей воды;
- ✚ тщательно прополоскать рот водой комнатной температуры,
- ✚ затем на смоченную водой зубную щетку взять немного детской зубной пасты или порошка и чистить при сомкнутых зубах передние и боковые поверхности зубов, при этом щетка должна двигаться снизу вверх и обратно.
- ✚ После этого ребенок должен открыть рот и чистить жевательную и внутреннюю поверхность зубов.
- ✚ Заканчивают чистку зубов тщательным полосканием водой несколько раз, до тех пор, пока не останется частиц порошка или пасты.

При чистке зубов не следует щадить десны, даже если они немного кровоточат. Далее тщательно промыть зубную щетку, стряхнуть и поставить в стакан ручкой вниз, чтобы щетка хорошо просохла.

Хранить свою зубную щетку, пасту или порошок следует в чистоте, в определенном месте (на полочке, на подставке и т.п.).

Как часто нужно посещать стоматолога ребенку?

Приучать малыша к посещению стоматолога необходимо с раннего возраста. Во-первых, это позволит поддерживать зубы в здоровом виде, а во-вторых, ребенок со-временем перестанет бояться ходить в стоматологический кабинет. У доктора будет возможность увидеть ранние нарушения, и вовремя предупредить заболевание зубов. Совершая осмотр полости рта у малыша, врач посмотрит, правильно ли растут зубы, расскажет как делать профилактику кариеса и чистку зубов ребенка.

Если взрослым рекомендуется посещение стоматолога один раз в году, то детям нужно это делать каждые три-четыре месяца. Тогда стоматолог сможет увидеть кариес в начальной стадии. Это поможет избежать болезненных ощущений при лечении.

Чтобы малыш не боялся идти к зубному доктору, прежде всего, не следует его пугать визитом к стоматологу. Ребенок должен привыкнуть к нему и относиться, как и к другим докторам, к которым ходит на осмотр.

Часто настроение и страх родителей передаются самому ребенку. Поэтому старайтесь вначале настроить себя и быть спокойными. Тем более, что сегодняшняя современная аппаратура позволяет совершать лечение безболезненно.

При первом посещении стоматолог делает визуальный осмотр, спрашивает маму о здоровье ребенка и расскажет, как сохранить зубки и уберечь от разрушения.

Для каждого ребенка у стоматолога должен быть индивидуальный подход. В некоторых случаях, если малыш нервничает, боясь докторов и незнакомых людей, предлагают какое-то время посидеть, чтобы малыш успокоился и перестал бояться. Нельзя забывать правил, которые говорят, что первый визит к стоматологу нужно совершать через пол года после того, как прорежется первый молочный зуб. Ведь если малыш нуждается в лечении, долгая отсрочка грозит серьезными последствиями.