ДЕТИ от 0 до 3 –х лет

1 оборот листовки

**ПОСЕЩЕНИЕ СТОМАТОЛОГА:**

* в 9 месяцев
* в 12 месяцев
* два раза в год

Наблюдение за прорезывающимися зубами.

Осмотр детей для ранней диагностики аномалий патологии зубочелюстной системы.

Рекомендации по правилам чистки зубов.

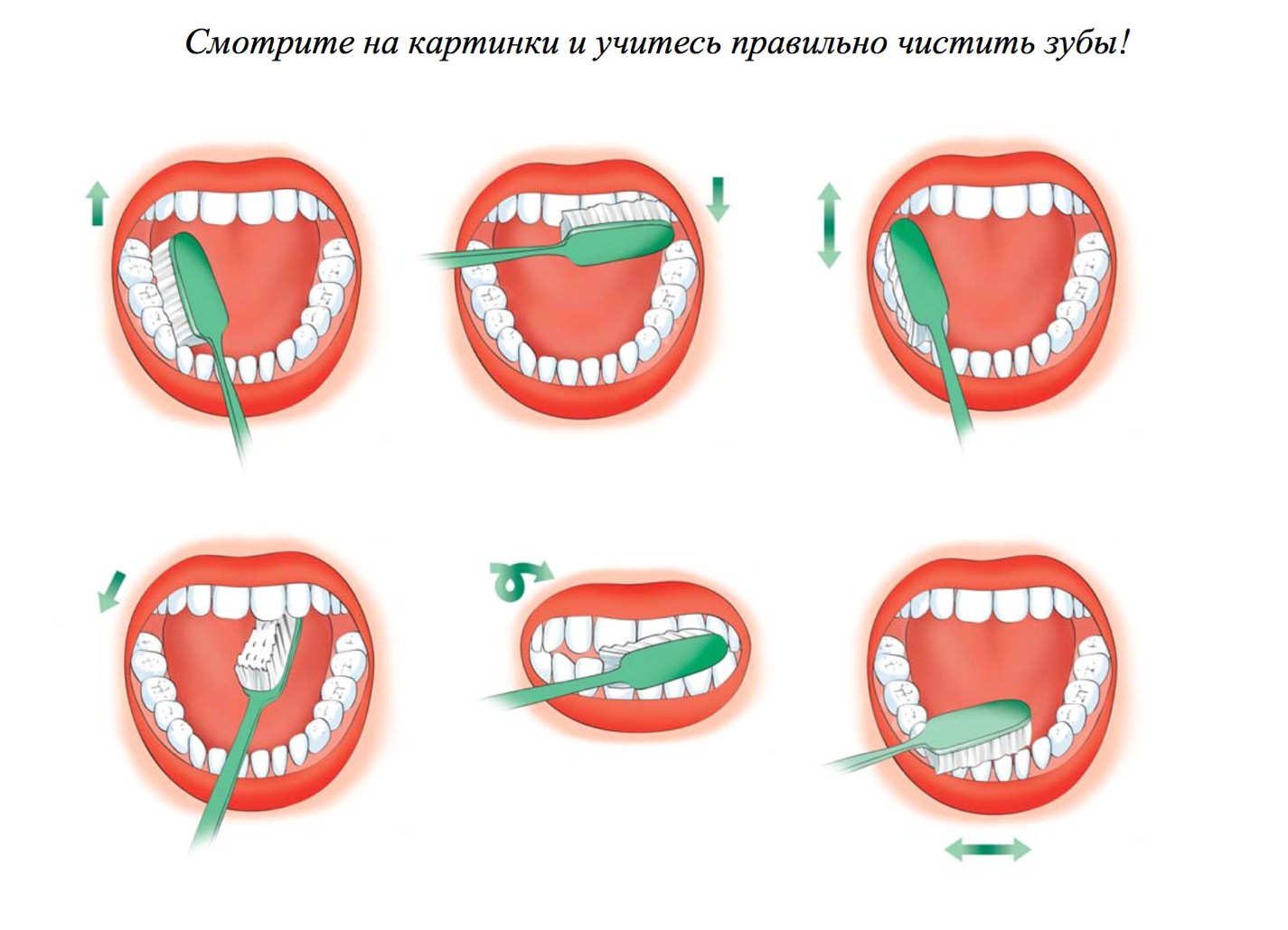
Подбор средств гигиены полости рта.

Снятие зубных отложений и налета (по необходимости).

**ЧИСТКА ЗУБОВ:**

УТРОМ ПОСЛЕ ЗАВТРАКА И ВЕЧЕРОМ ПЕРЕД СНОМ –

ВРЕМЯ ЧИСТКИ ЗУБОВ – 3 МИНУТЫ.



**ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА:**

* **Мануальная зубная щетка**
* **Зубная паста**

Первая детская зубная щетка должна быть такой:

с маленькой атравматичной закруглённой головкой;

с очень мягкой щетиной;

кончики каждой щетинки должны быть закруглены и отполированы.

ПЕРВЫЕ ЗУБКИ - чистят родители!

Осторожно очистить десны и протереть зубы влажной марлей либо специальными мягкими салфетками (тканевые напальчники) направляя движения от десны к режущему краю зуба.

Использовать детские зубные щетки, но пока без пасты

2 ГОДА – ребенок чистит зубы под контролем родителей!

Использовать детские зубные щетки с зубной пастой

3 ГОДА – ребенок чистит зубы самостоятельно, но под контролем родителей!

Использовать детские зубные щетки с зубной пастой

2 оборот листовки

**ПИТАНИЕ:**

Грудное вскармливание до года.

Исключить употребление сахаросодержащих напитков в ночное время (соки, компоты, сладкий кефир и т.п.).

Исключить употребление сахаросодержащих продуктов (сладости, печенья, чипсы и т.п.) между основными приемами пищи.

Употреблять полезные для зубов продукты, содержащие небольшое количество сахара, достаточное количество витаминов и минеральных веществ.

Полезно употреблять твердую пищу, сырые овощи и фрукты.

|  |  |
| --- | --- |
| **Полезные продукты для зубов**  Сырые овощи и фрукты  Орехи, сухофрукты  Молоко, сыр, мясо  Рыба, чай | **Вредные продукты для зубов**  Карамель, леденцы, шоколад  Сладкие газированные напитки  Сахаросодержащая жевательная резинка |

**ПРОРЕЗЫВАНИЕ ЗУБОВ:**

Сначала десна набухает и выглядит слегка воспаленной, затем участок, где появится зуб, белеет. Это явление возникает из-за продвижения зуба вверх. Он просвечивает через истончившуюся десну, поэтому происходит изменение ее окраски. Окончательный этап – появление зуба.

**Как помочь при прорезывании зубов?**

Использовать Прорезыватель из неаллергенных полимеров или силикона. Прорезыватели могут быть наполненными жидкостью либо цельнолитыми (перед каждым применением прорезыватель следует стерилизовать и охлаждать).

Использовать гели для десен при прорезывании зубов, обладающие обезболивающим эффектом.

Гели могут содержать в составе анестетики, антисептические, противовоспалительные компоненты. Обезболивающие гели действуют поверхностно, однако при прорезывании зубов нельзя использовать их более шести раз в сутки. Обязательно проконсультироваться со стоматологом или педиатром.

**КАРИЕС РАННЕГО ДЕТСКОГО ВОЗРАСТА**

Кариес раннего детского возраста характерен для детей от года до трех лет. Чаще всего причиной развития данного заболевания является заражение ребенка от родителей кариесогенной микрофлорой, употребление сахаросодержащих напитков в ночное время (соки, компоты, сладкий кефир и т.п.) и отсутствие гигиены полости рта.

Кариозным процессом сначала поражаются все 4 передних зуба (верхние резцы). Кариес поражает практически всю поверхность прорезавшихся передних зубов, эмаль которых в этом возрасте еще незрелая, непрочная. Затем кариесом начинают поражаться остальные временные зубы ребенка. Кариозный процесс быстро прогрессирует, приводит к разрушению зубов и их раннему удалению.

**Как предотвратить появление кариеса временных зубов?**

**Обязательно стерилизуйте бутылочки, соски, детские игрушки и прорезыватели!**

**Не снимайте пробы с еды на ложке ребенка!**

**Ограничить грудное вскармливание (после года) и** **употребление углеводов (сладкое питье) в ночное время!**

**Ребёнок к году не должен сосать соску!**

Средние сроки прорезывания временных зубов.

|  |  |
| --- | --- |
| Центральные резцы | 6-8 мес. |
| Боковые резцы | 8-10 мес. |
| Клыки | 16-20 мес. |
| Первые моляры | 12-16 мес. |
| Вторые моляры | 20-30 мес. |

Своевременное и последовательное прорезывание зубов свидетельствует о нормальном развитии организма ребенка. Нарушение сроков и последовательности прорезывания может отмечаться при эндокринных и обменных нарушениях или общих заболеваниях ребенка.

**Помните, что к стоматологу необходимо обращаться,**

**когда ребёнок здоров и не испытывает зубную боль!**