

Консультация для родителей «Как ухаживать за молочными зубами»

Каждая мама сталкивается в свое время с проблемами прорезывания зубов, смены молочных зубов на коренные, ухода за молочными зубами и лечения детских зубов.

Что мы знаем о молочных зубах?

Первые молочные зубы появляются у детей с **5 – 8 месяцев**. **Окончательно** молочные зубы вырастают приблизительно к **трем годам**, а **смена молочных зубов на коренные** начинается лет с **шести**. **Процесс смены молочных зубов** достаточно продолжительный и может длиться **вплоть до 14 лет**.

Молочные зубы отличаются от коренных, прежде всего нижней частью зуба, скрытой десной. У молочных зубов отсутствует длинный корень, удерживающий в десне коренной зуб. По размеру молочные зубы меньше коренных. Небольшая кривизна молочных зубов не должна внушать опасений – положение зубов может измениться в процессе взросления ребенка.

Закладываются молочные зубы еще задолго до рождения в **утробе матери**. Необходимые для этого вещества (прежде всего кальций) ребенок берет из маминого организма. Именно поэтому беременным рекомендуют принимать специально разработанные для них витамины. При недостатке кальция в мамином организме ее собственным зубам грозят неприятности.

Прорезывание молочных зубов

Этот процесс может сопровождаться беспокойством ребенка, а иногда и высокой температурой. Облегчить прорезывание можно с помощью прорезывателей или холодных предметов, о которые малыш может почесать десна. При температуре обязательно обратитесь к педиатру.

Порядок появления и смены зубов

Чаще всего молочные зубы появляются (а затем и меняются на коренные) **в следующем порядке**: нижние резцы, верхние резцы, верхние боковые резцы, нижние боковые резцы, клыки. Но последовательность может быть нарушена.

Однако **смена молочных зубов на коренные начинается** не с выпадением передних резцов, как считают многие, а с **появлением моляров**, самых дальних на тот момент зубов в челюсти, на месте которых не было молочных зубов.

Уходу за молочными зубами следует уделять особое внимание

Начинать чистить зубы необходимо сразу после их появления - прорезывания первого молочного зуба.

Первые зубы чистят силиконовой щеточкой без зубной пасты или марлей, смоченной в кипяченой воде.

Естественно, сам ребенок этого сразу сделать не сможет - это обязанность родителей. Педиатр или детский стоматолог подскажут, как сделать это правильно.

А как научить малыша чистить зубки самостоятельно? Чтобы освоить непростую "науку управления" со щеткой и пастой, малыш должен сначала научиться держать ложку и попадать ею в рот. Затем - держать зубную щетку и водить ею по зубам, а не по языку, губам, подбородку и щекам, не глотать воду, прополоскав рот, и т.д. Как и многие другие навыки, эти лучше всего прививаются в игре.

Для начала, **примерно в 1,5 годика, можно "почистить" зубки кукле или мишке.** В 2 года стоит попробовать почистить зубки без пасты и поучить ребенка сплевывать воду для полоскания. Делать это необходимо постепенно, без принуждения, терпеливо и последовательно. Бывает, что у малыша повышен рвотный рефлекс, и он в ответ на прикосновение щетки даже к середине языка начинает давиться. Это может испугать и надолго вызвать отвращение к полезной и важной процедуре.

Большинство детских стоматологов рекомендуют такую схему и частоту чистки зубов. Сначала только 1 раз в день - вечером. А когда ребенок освоится с пастой и щеткой сам, ему вполне по силам делать это и по утрам после завтрака. Не торопите события. По-настоящему освоить чистку зубов и делать это регулярно ребенок может только в 3-3,5 года. Ведь для выполнения этой процедуры малышу нужно постоянно контролировать свои действия, стараться не проглатывать пасту и обязательно полоскать рот до и после чистки зубов. И помните про

важность личного примера, ребенок смотрит на родителей и подражает им, поэтому чистите зубы сами!

Чем чистить зубы ребенку?

Детская зубная паста - это не просто паста в яркой детской упаковке, как думают некоторые родители. **Паста становится "детской"** в первую очередь **благодаря своему специальному составу**. Свою роль играет и приятный вкус, который делает процесс чистки зубов более привлекательным (покажите нам ребенка, который с первого раза будет с удовольствием чистить зубы?).

Как и пасты для взрослых, детские зубные пасты должны хорошо очищать зубы, но делать это бережно, не травмируя эмаль. Для этого **в их составе присутствуют очень мягкие абразивные частицы**.

Важно, чтобы паста оказывала профилактическое действие, которое достигается **введением в ее состав соединений фтора, фосфора и кальция**. Эти элементы способны встраиваться в кристаллическую решетку зубной эмали и укреплять ее. Среди них фтор - самый главный элемент. **Обратите внимание: количество фтора четко "привязано" к возрасту ребенка**, а на тюбиках пасты обязательно крупно выделен "возраст применения".

Пасты для малышей "до 6 лет" или "4-7 лет" имеют в своем составе самый минимальный процент фторидов (по ГОСТу - 500 ppmF).

Пасты для детей "от 6 лет" (или "6+") или "от 8 до 18", "для школьников" и т.д. - количество фтора увеличивается почти втрое (до 1500 ppmF). **Правило одно: чем старше становятся дети, тем заметнее количество фторидов в производимых для них пастах приближается к "взрослому"**.

Родителям детей-аллергиков следует искать гипоаллергенную зубную пасту, в которой нет искусственных красителей, консервантов и отдушки. Слишком яркий, неестественный цвет и очень сильный аромат пасты должны насторожить маму, особенно если она выбирает пасту "для первого знакомства".

Кариес молочных зубов

Детские зубы имеют слабоминерализованную эмаль, особенно сразу после прорезывания. Поэтому они более уязвимы для

микроорганизмов, вызывающих кариес, чем зубы взрослых. Кариес молочных зубов обычно обнаруживается у детей в возрасте 2-3 лет, а в некоторых случаях он возникает и у детей младше 2 лет. Чаще всего кариес поражает молочные резцы верхней челюсти и жевательную поверхность коренных зубов. Особое внимание в детской стоматологии уделяется методам профилактики, предотвращающим появление кариеса.

Визит ребёнка к стоматологу должен произойти в первые дни после рождения. В дальнейшем посещать стоматолога рекомендуется 2 раза в год, если проблем с зубами у ребенка нет. Если есть – то каждые 3 месяца. Это гораздо правильнее и выгоднее, чем лечить запущенный кариес и его осложнения. Во время визита доктор внимательно осмотрит зубы ребенка и полость рта, снимет налет и зубные отложения. Если есть мелкие кариозные поражения, врач их залечит, не дожидаясь осложнений. Врач-гигиенист даст рекомендации по уходу за зубами ребенка и полостью рта, подскажет, как выбрать правильно зубную пасту и щетку.

Особенность детского возраста заключается в быстром протекании жизненных процессов в организме ребенка. Поэтому и развитие патологических процессов протекает слишком быстро. Сегодня Вы видите у своего ребенка здоровые молочные зубы, а через месяц - обнаруживаете кариес. Стоматолог выявит системные нарушения, при необходимости назначит нужные витаминно-минеральные комплексы и лекарственные средства. Эффективно предотвращают развитие кариеса фторирующие составы для детских зубов. Профилактические осмотры и профессиональная чистка зубов не вызовут у ребенка страха, и будут способствовать доверительным отношениям с врачом. Ранняя диагностика позволит выполнить простое, безболезненное и недорогое лечение.

Как возникает кариес молочных зубов?

В полости рта живет огромное количество микроорганизмов. Необходимо препятствовать их чрезмерному росту, так как это ведет к образованию зубного налета и затем и кариеса. Кариес - это разрушение зуба, которое начинается с растворения минеральных веществ, входящих в состав эмали. Самоочищению зубов способствует слюна, которая обладает бактерицидными свойствами. Но на труднодоступных поверхностях зубов все же скапливается налет, в котором и «засиживаются» бактерии. Как и большинство детей, бактерии - сладкоежки. Они питаются углеводами, а выделяют кислоту, которая разрушает кристаллы апатита (из них состоит зубная эмаль). Эти процессы протекают бессимптомно, т.е. без боли.

Эмаль молочных зубов очень тонкая, именно поэтому она становится легкой «добычей» бактерий, которые затем добиваются до дентина - основной ткани зуба. Дентин гораздо мягче эмали, и потому разрушается быстрее, чем эмаль. Поэтому даже при маленькой дырочке в эмали, поражения дентина могут быть серьезными. Вот почему кариозные детские зубы до поры до времени выглядят не плохо, хотя внутри зуба разрушения могут большими.

Кариес молочных зубов бывает начальный, поверхностный, средний и глубокий. При начальном кариесе на эмали молочного зуба появляются белые пятна различной формы и величины. Их количество может увеличиваться. Боль при этом отсутствует. Если не проводить лечение, то процесс будет прогрессировать: пятна становятся темными, коричневыми, черными, заболевание может переходить в хроническую форму. При своевременном лечении дальнейшее развитие начального кариеса можно приостановить.

Поверхностный кариес – это дефект тканей зуба, находящийся в пределах эмали. Кариозная полость может быть светлой или темной. На этой стадии поражения боль появляется при воздействии сладкого, кислого, соленого. Метод лечения этой формы кариеса – пломбирование полости. В некоторых случаях пломбирование может быть заменено реминерализующей терапией.

При среднем кариесе поражается эмаль зуба и часть дентина. Боль может возникать от сладкого, соленого, холодного и горячего. На этом этапе лечение предполагает обработку кариозной полости с последующим пломбированием.

В случае же глубокого кариеса бывают поражены эмаль и большая часть дентина. Метод лечения здесь зависит от состояния пульпы, это может быть пломбирование или консервативное лечение.

Пусть зубки ваших детей растут крепкими и здоровыми!