

Уход за зубами ребёнка

Никогда не рано ухаживать за зубами. При надлежащем уходе за полостью рта ваш ребёнок может вырасти без кариеса. Начните с ухода за дёснами и зубами ребёнка. По мере того, как ребёнок растёт, приучайте его к лучшему из возможных уходу за зубами. Не забывайте, что для здоровья зубов и дёсен необходимо регулярно посещать стоматолога.

Чистка зубной щёткой

Пища и бактерии образуют на зубах липкое вещество, которое называется зубным налётом. Бактерии в зубном налёте вырабатывают кислоту, которая разъедает твёрдое покрытие зуба (эмаль). Эмаль становится пористой, в ней появляются крошечные отверстия, через которые бактерии могут проникать внутрь. Это вызывает кариес. Чистка зубов зубной щёткой предотвращает образование зубного налёта. Начинайте чистить дёсны малыша через несколько дней после рождения. Сначала используйте для этого воду и кусок хлопчатобумажной марли. По мере появления у ребёнка зубов начинайте использовать маленькую зубную щётку, выдавливая на неё небольшое количество фторсодержащей зубной пасты размером с зёрнышко или рисинку. Используйте только небольшое количество, поскольку дети склонны глотать зубную пасту. На этом этапе также можно использовать тренировочную зубную пасту (нефторированную). Посоветуйтесь со своим стоматологом или врачом о том, чтобы использовать фторсодержащую добавку, например, капли или таблетки. Когда ребёнок подрастёт, чтобы чистить зубы самостоятельно, следите, чтобы он делал это правильно.



Использование зубной нити

Зубная нить удаляет бактерии и зубной налёт из межзубных промежутков и под дёснами. Ежедневно чистите зубы ребёнка зубной нитью. Когда ребёнок достаточно подрастёт, можно будет использовать держатель для зубной нити.

Фтор

Фтор делает зубную эмаль более прочной. Это помогает предотвратить кариес. Узнайте, добавляют ли в воду в вашем район фтор. Если нет, узнайте у детского стоматолога, нужно ли давать ребёнку фторсодержащие добавки. Стоматолог также может наносить фтор на постоянные зубы ребёнка во время регулярных осмотров.

Герметики

Герметики — это безопасный, безболезненный и недорогой способ защитить задние зубы ребёнка от кариеса. Тонкое пластиковое покрытие наносится на жевательные поверхности моляров и премоляров. Герметик образует твёрдую защиту, которая не позволяет остаткам пищи и бактериям проникать в крошечные бороздки на поверхности зубов.

Когда необходимо связаться со стоматологом

Следите за следующим:

- **Кариес.** Никогда не позволяйте ребёнку спать с бутылочкой. Жидкости из бутылочек (даже молоко), которые задерживаются во рту, могут быстро привести к развитию кариеса. Не позволяйте ребёнку пить или перекусывать, не почистив после этого зубы.
- **Сосание большого пальца и пустышки.** Сосание большого пальца или пустышки — обычное явление для младенца. Но если эта привычка сохраняется, когда ребёнку уже исполнилось 3 или 4 года, это может привести к проблемам с зубами или челюстью. Если вы используете пустышку, лучше всего для зубов и челюсти подходит ортодонтическая пустышка.

Обращайтесь к стоматологу в любом из следующих случаев:

- Примерно с 1 года ребёнок должен регулярно проходить стоматологические осмотры каждые 6 месяцев.
- Поговорите со стоматологом, если молочные или постоянные зубы растут криво или не растут.
- Обращайтесь к стоматологу, если вы заметили коричневые или чёрные пятна на зубах ребёнка.
- Если у ребёнка выбит зуб, обращайтесь за неотложной стоматологической помощью. Не мойте зуб. Положите его в молоко до тех пор, пока его не удастся вернуть на место.

Health Net of California, Inc. is a subsidiary of Health Net, LLC and Centene Corporation. Health Net is a registered service mark of Health Net, LLC. All other identified trademarks/service marks remain the property of their respective companies. All rights reserved.

© 2000-2025 The StayWell Company, LLC. All rights reserved. This information is not intended as a substitute for professional medical care. Always follow your healthcare professional's instructions.