

Консультация для родителей по теме: «Способы профилактики кариеса у детей»

родительское собрание 24.11.2017г.

Уважаемые родители! Согласно статистике, практически у каждого третьего ребенка в большинстве регионов России зубки начинают портиться сразу же после прорезывания, то есть уже с 5-6 месячного возраста. Как по вашему, чья это вина? Многие родители возлагают вину на плохую воду, генетику и даже на самого малыша, но на самом деле и в большинстве случаев виноваты сами, т.к. Во время не начали проводить профилактику кариеса в период прорезывания у ребенка самых первых временных зубов.

Известно, что болезнь легче предотвратить, чем ее излечить, на практике мы часто нарушаем эту заповедь. И такая беспечность зачастую приводит к серьезным последствиям: через некоторое время у ребенка молочные зубы разрушаются до такой степени, что приносят ребенку сильные страдания и часто сам зуб не удается сохранить.

Преждевременное же удаление зуба ведет к смещению зубов, нарушение зубного ряда и формированию неправильного прикуса, и приведет к дополнительным тратам на лечение в будущем (брекеты, пластины) Ну а если и здесь спустить все на самотек, то у ребенка в дошкольный период начинают формироваться комплексы, травмирующие психику а также дефекты речи. Может измениться и форма лица.

Этих нежелательных последствий можно избежать если заняться профилактикой кариеса с момента появления у ребенка первого молочного зуба и в дальнейшем грамотно проводить все необходимые мероприятия по мере роста малыша.

С чего же следует начать?

К сожалению, многие молодые пары даже не догадываются, что профилактика кариеса у их будущего ребенка должна начинаться еще во время беременности. Антенатальная профилактика - это система мероприятий, направленная на предупреждение кариеса в будущем у ребенка и проводимая уже на этапе внутриутробного развития. Очень важно в этот период как у плода сформируются ткани будущих зубов. т.е если у женщины в период беременности происходит нехватка минеральных веществ в организме, токсикозы, различные проблемы со здоровьем у малыша будут появляться зубки весьма неустойчивые к развитию кариеса. при этом маме необходимо заботиться и о своих зубах, т.к во время беременности они могут весьма быстро разрушаться.

Что же нужно делать?

1. Следить за гигиеной полости рта, т.е регулярно чистить зубы с использованием зубной пасты.
2. Посещать стоматолога — лечение кариозных очагов т.к. Они оказывают негативное влияние на развитие плода.
3. По согласованию в врачом принимать витамины, направленные на профилактику дефицита полезных веществ. (Компливит Мама, Алфавит мамино здоровье, витрум
4. пренатал, Мульти табс пренатал, Элевит пронаталь, Матерна)

Чем кормить ребенка для дополнительной защиты от кариеса?

Существует две системы профилактических мероприятий — эндогенная (Внутренняя) и экзогенная (наружная)

Эндогенная — направлена на насыщение зубов минеральными компонентами. Но прежде чем пичкать ребенка препаратами, нужно скорректировать диету в целом. Важно помнить, что продукты содержащие углеводы в большинстве своем провоцируют кариес, поскольку являются питанием для кариесогенных бактерий. Поэтому ограничение в употреблении сладостей до 3-4 лет является довольно таки действенным решением проблемы Если убрать сладости и кондитерские изделия проблематично, постарайтесь ограничить или исключить из промежутков между приемами пищи. Таким образом мы уменьшим время нахождения углеводистых остатков на поверхности зубов ребенка а также будут созданы условия для возвращения утраченных минералов в зубы из слюны. Кроме того, хорошо подходят для

очистки полости рта твердые фрукты и овощи. Во время разжевывания происходит удаление остатков пищи и обильное выделение слюны которая удаляет микробный фактор. Полезно будет отказаться от сладких фруктовых соков, газированной воды в пользу минеральной и не слишком крепкого чая. Полезно употребление нежирных сортов рыбы и морепродуктов. Молочные продукты содержат кальций и идеально подходят для профилактики кариеса, но однако стоит помнить, что молочные изделия содержат отличной средой для размножения кариосегенных бактерий и необходимо чистить ребенку зубы после каждого такого приема пищи. Можно ввести прием поливитаминных и минеральных комплексов — Юниор Нео, Юниор Би Биг, Витамишки кальций плюс.

Экзогенная профилактика:

1. Тщательная гигиена полости рта и родительский контроль за ее проведением.
2. Применение детских зубных паст и ополаскивателей а также зубных нитей для очистки межзубных промежутков.
3. Посещение детского стоматолога.

Советы стоматолога:

Ни в коем случае нельзя ребенка принуждать чистить зубы насильно, так как это формирует негативное отношение к гигиене на всю жизнь. Приобщать малыша к профилактическим мероприятиям рекомендуется в игровой форме.

Заранее приобретите щетку, рекомендованную для возраста ребенка, например с забавной формой в виде героя мультфильма. Покажите личный пример- большинство детей охотно начинают повторять когда видят что мама и папа с удовольствием чистят зубы утром и вечером. Зубные пасты для детей не содержат фтора но помогают при механической очистке зубов создавая пену. Фториды исключаются из состава детских паст т.к. ребенок зачастую проглатывает 30% используемой пасты. С каждым годом в пастах, рекомендованных определенной возрастной категории появляется небольшое содержание фтора укрепляющих эмаль и позволяющих предотвратить ее деминерализацию под действием кариесогенных бактерий и снижению скорости образования зубного налета.