

Informacje dotyczące stomatologicznej książeczki dla dziecka – rosyjski

Nigdy nie jest za wcześnie na wizytę u stomatologa!

Oczekuje się, że nawet bardzo małe dzieci będą odwiedzać gabinet stomatologiczny. Optymalne zdrowie jamy ustnej i prawidłowe ustawienie zębów oraz szczęk jest istotnym czynnikiem ogólnego rozwoju Państwa dziecka.

Daty, podane na stronie tytułowej książeczki dziecka, przypomną Państwu o regularnych terminach kontrolnych u dentysty i są **bezpłatne** dla Państwa dziecka!

Badania dotyczące wczesnego rozpoznawania nieprawidłowości stomatologicznych obejmują:



- kontrolę jamy ustnej dziecka
- **poradnictwo dotyczące odżywiania i higieny jamy ustnej** (w szczególności w razie użytkowania butelek ze smoczkiem)
- wyjaśnienie przyczyn chorób **w obrębie ust**
- informacje dotyczące stosowania **środków fluoryzujących**, takich jak dziecięce pasty do zębów

Pielęgnacja zębów w okresie ciąży (str. 4)

- Niezmiernie istotne jest wykonywanie dokładnych i regularnych zabiegów pielęgnacyjnych w obrębie jamy ustnej. Rada – zachęcamy do wizyty u stomatologa w celu **profesjonalnego czyszczenia zębów** (PCZ).

Zapobieganie próchnicy od urodzenia (str. 6)

- W miarę możliwości należy zrezygnować z butelek ze smoczkiem!
- Niemowlęta powinny pić **wodę lub niesłodzoną herbatę ziołową**.
- Bakterie występujące w jamie ustnej, odpowiedzialne za rozwój próchnicy, żywią się cukrem, dlatego obowiązują następujące zasady:



- to nie ilość cukru jest istotna, lecz częstotliwość i okres przebywania w jamie ustnej.
- Lepiej jest zjeść większą porcję słodyczy po posiłku, niż częściej podjadać słodycze małymi porcjami. Nie wprowadzać całkowitego zakazu jedzenia słodyczy, gdyż zakazy często zwiększają ochotę na zakazany produkt!
- Dostępne są **słodycze przyjazne dla zębów** (można rozpoznać na podstawie symbolu zęba-ludzika z parasolem), które są mniej szkodliwe dla zębów.
- Zachęcamy do podawania dziecku owoców i warzyw jako przekąsek do podjadania.



Oduczanie dziecka korzystania ze smoczków (str. 12)

- Najpóźniej w wieku trzech lat należy oduczyć dziecko ssania kciuka, używania smoczków i zabawek przeznaczonych do ssania.
- Na skutek stałego nacisku może dojść do nadmiernego wysunięcia górnej szczęki lub powstania otwartego zgryzu, w przypadku którego zęby w poszczególnych łukach nie

stykają się ze sobą. Skutkiem mogą być problemy z rozwojem mowy, oraz problemy przy gryzieniu lub przełykaniu.

Fluorek wzmacnia szkliwo zębów (str. 8)

- **Fluorek wzmacnia szkliwo zębów!** Fluorek działający na szkliwo od zewnątrz jest bardziej efektywny niż tabletki z fluorkiem.
- Zalecenia dotyczące koncentracji fluorku w dzieciennych pastach do zębów*



Wiek	Koncentracja fluorku	Częstotliwość stosowania	Ilość
Od pojawienia się pierwszego zęba do 2. urodzin	500 ppm lub 1000 ppm	2 razy dziennie	o wielkości groszku o wielkości ziarna ryżu
Od 2. urodzin – 6. urodzin	1000 ppm	2 razy dziennie	o wielkości groszku
Począwszy od 6. urodzin	1400 ppm	2 razy dziennie	o wielkości groszku

* Deutsche Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde (Niemieckie Stowarzyszenie Stomatologii Dziecięcej), Deutsche Gesellschaft für Zahnerhaltung (Niemieckie stowarzyszenie dbałości o zęby), Deutsche Gesellschaft für Präventivzahnmedizin (Niemieckie Stowarzyszenie Stomatologii Prewencyjnej), Bundesverband der Zahnärztinnen und Zahnärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes (Federalne Stowarzyszenie Stomatologów Lecznictwa Publicznego) i Bundeszahnärztekammer (Federalna Izba Stomatologów)

Zdrowe zęby mleczne to podstawa – czyścimy je dokładnie razem (str. 10/14)

- Niektóre z zębów mlecznych pozostaje u dzieci do 11 roku życia. Służą jako **wyznaczniki miejsc dla stałych zębów**. Jeżeli zęby mleczne wypadną zbyt wcześnie, dochodzi często do nieprawidłowego ustawienia stałych zębów. Bakterie próchnicze na zębach mlecznych mogą szkodzić również zębom stałym.
- Dorośli powinni stać się przykładem dla własnych dzieci i czyścić zęby wraz z nimi **2x dziennie** po śniadaniu i przed pójściem spać techniką KAI (powierzchnie żujące, zewnętrzne, wewnętrzne).
- Dzieci powinny samodzielnie czyścić zęby, ale do około ósmego roku życia dorośli powinni im w tym pomagać.



Niektóre się już ruszają (str. 8)

- Pomiędzy 5 lub 6 rokiem życia można zaobserwować pierwsze „ruszające się zęby”. Najczęściej jako pierwsze wypadają siekacze.
- Jednocześnie zaraz po zębach mlecznych pojawiają się pierwsze stałe zęby. Często mają one głębokie wyżłobienia, które wyjątkowo łatwo podlegają procesom związanym z próchnicą.
 - Pokrycie niniejszych miejsc cienką warstwą tworzywa sztucznego zapewnia dodatkową ochronę (**powlekanie**).
- **Dzieciom ubezpieczonym w ramach ustawowego ubezpieczenia Krankenkasse przysługuje między 6-17 rokiem życia roszczenie o indywidualną profilaktykę stomatologiczną (IP). Zalicza się tutaj powlekanie wyżłobień, szkolenie dotyczące czyszczenia zębów i fluoryzację. Niniejsze środki są bezpłatne!**