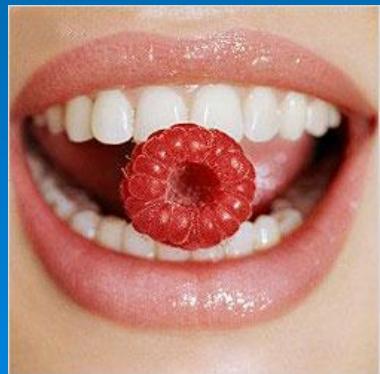




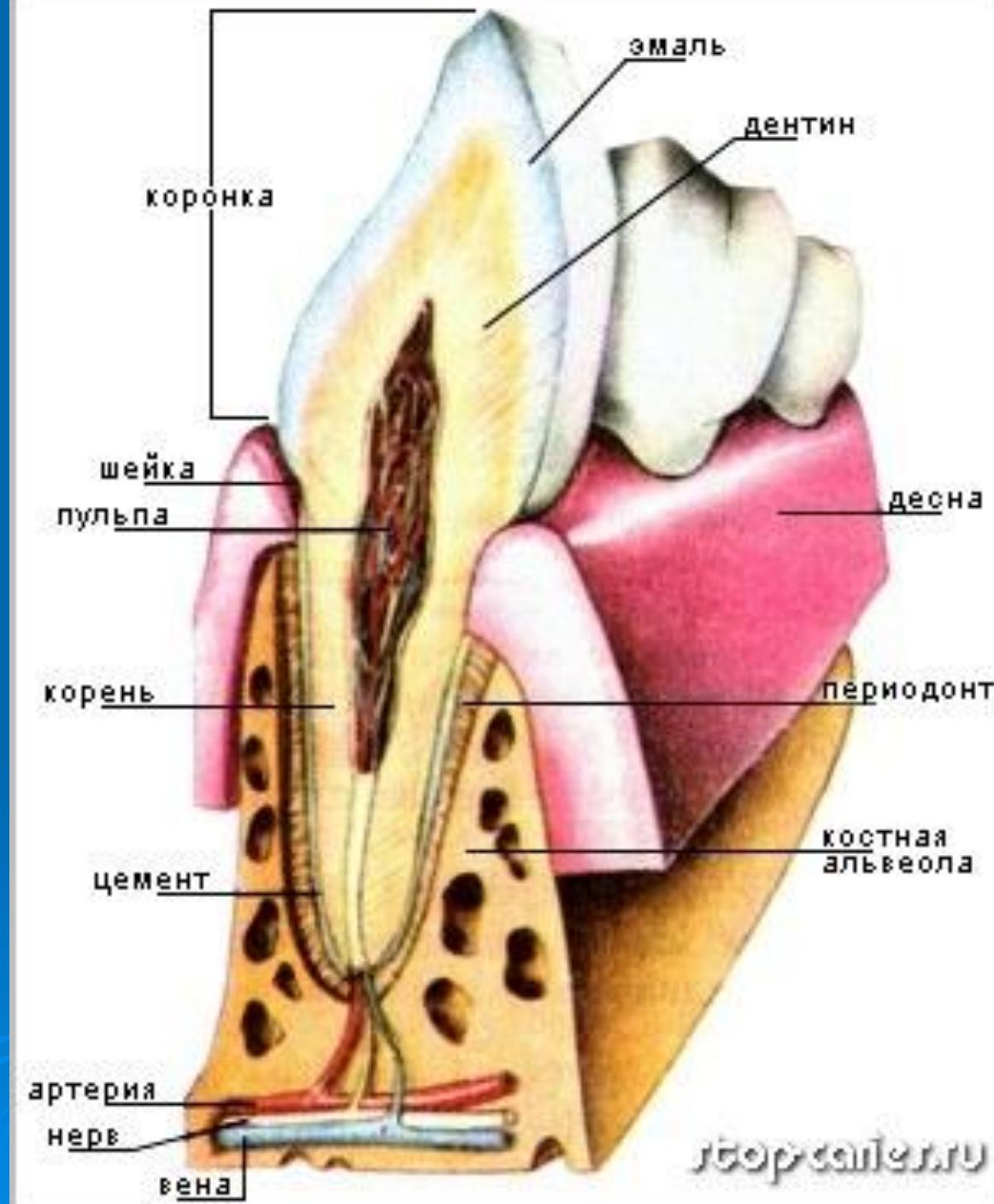
Как правильно ухаживать за зубами



Prezentacii.com



Строение зуба



Молочные зубы

Примерно после шести месяцев у ребенка начинают появляться первые зубы.

Период прорезывания молочных зубов длится, примерно, до 2-ух лет. Всего их вырастает **20**. Молочные зубы формируют место для коренных зубов до тех пор, пока не выпадают.



Постоянных зубов у взрослого человека **32**.



Для чего ухаживать за зубами

Правильный уход за зубами - это признак культуры. Неприятный запах изо рта препятствует общению.

Индивидуальная гигиена полости рта - это удаление остатков пищи и зубного налета с поверхностей зубов, десен и языка с помощью средств специального назначения. Гигиена полости рта - это основа нашего здоровья, так как инфекция, которая покаливается в больных зубах и околозубных тканях может стать причиной обострений хронических заболеваний любых органов. Поэтому еще в древности люди жевали смолу, которая очищала зубы и придавала дыханию свежесть.



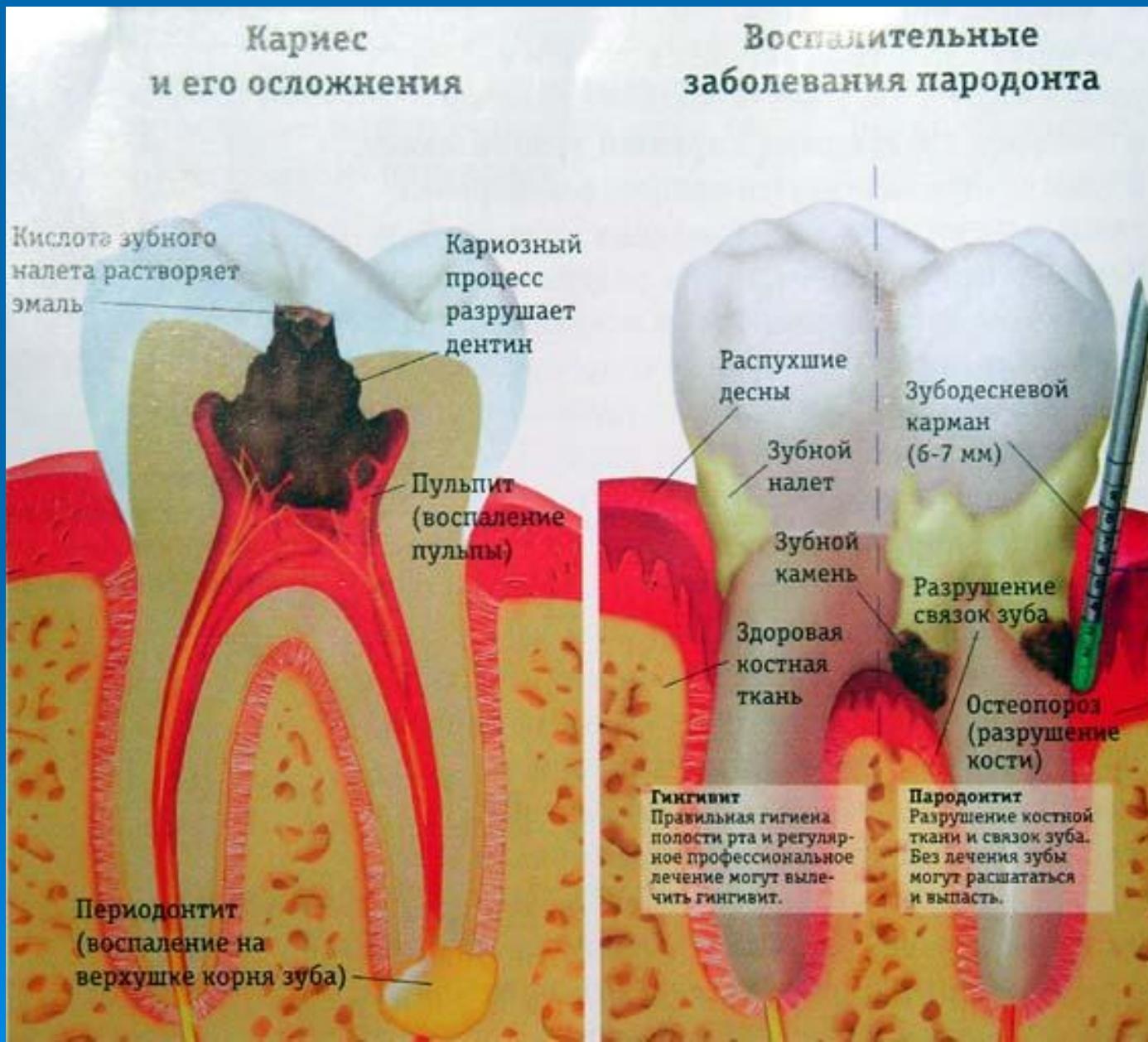
Результаты неправильного ухода за полостью рта

При неправильном уходе за зубами на них образуется зубной налет, который является источником инфекции (воспаление твердых и мягких тканей зуба, околозубных тканей). Налет в основном откладывается в области перехода коронки зуба в корень (шейка зуба) и в межзубных промежутках, поэтому требуется тщательное очищение именно в этих труднодоступных местах.

Но даже при регулярном тщательном уходе иногда сохраняется неблагоприятное состояние полости рта. Это говорит о том, что средства по уходу за полостью рта были подобраны неправильно. В таком случае лучше обратиться к стоматологу, который посоветует, что именно вам больше подойдет.

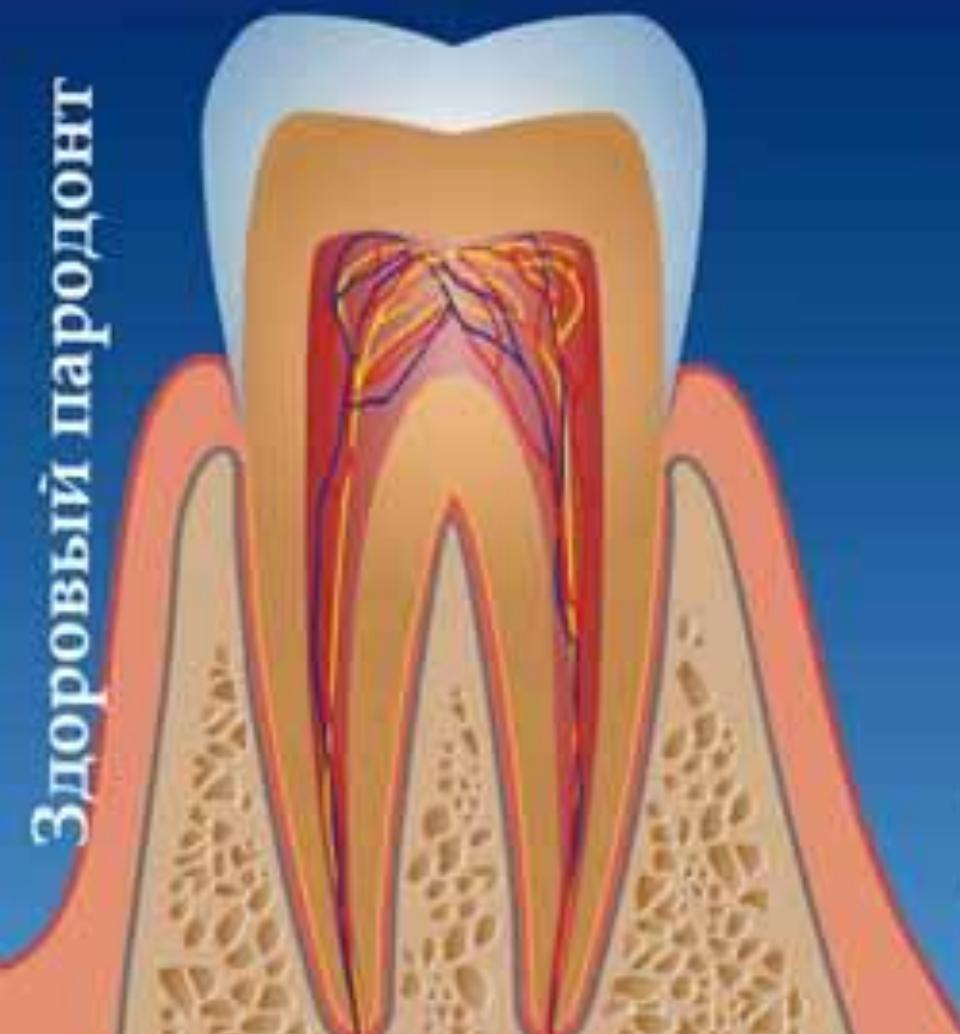


Заболевания зубов

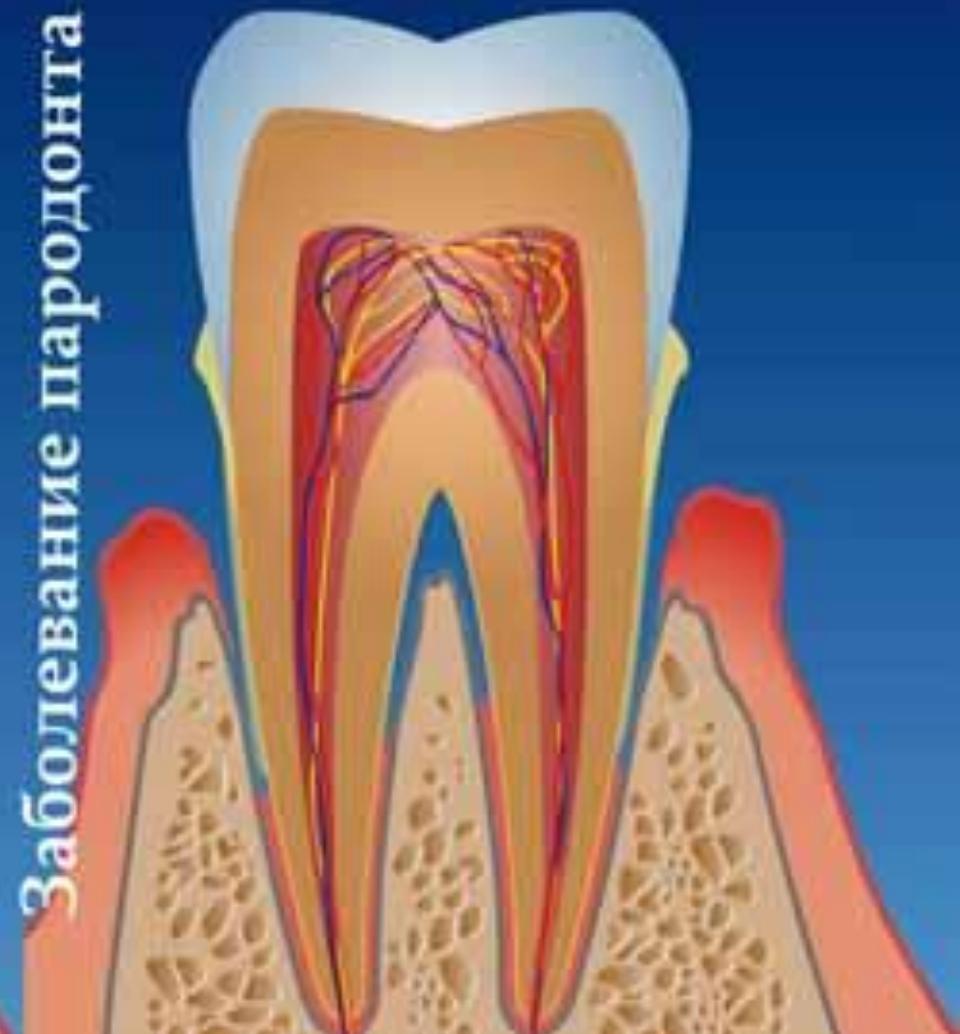


Пародонтоз

Здоровый пародонт



Заболевание пародонта



Индивидуальные средства по уходу за зубами



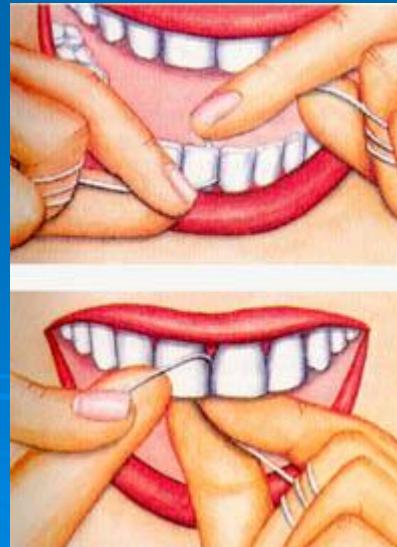
Основные:

- Зубная щётка
- Зубная паста



Дополнительные:

- Зубная нить
- Ополаскиватели
- Отбеливатели



Зубная щетка - лучший друг человека

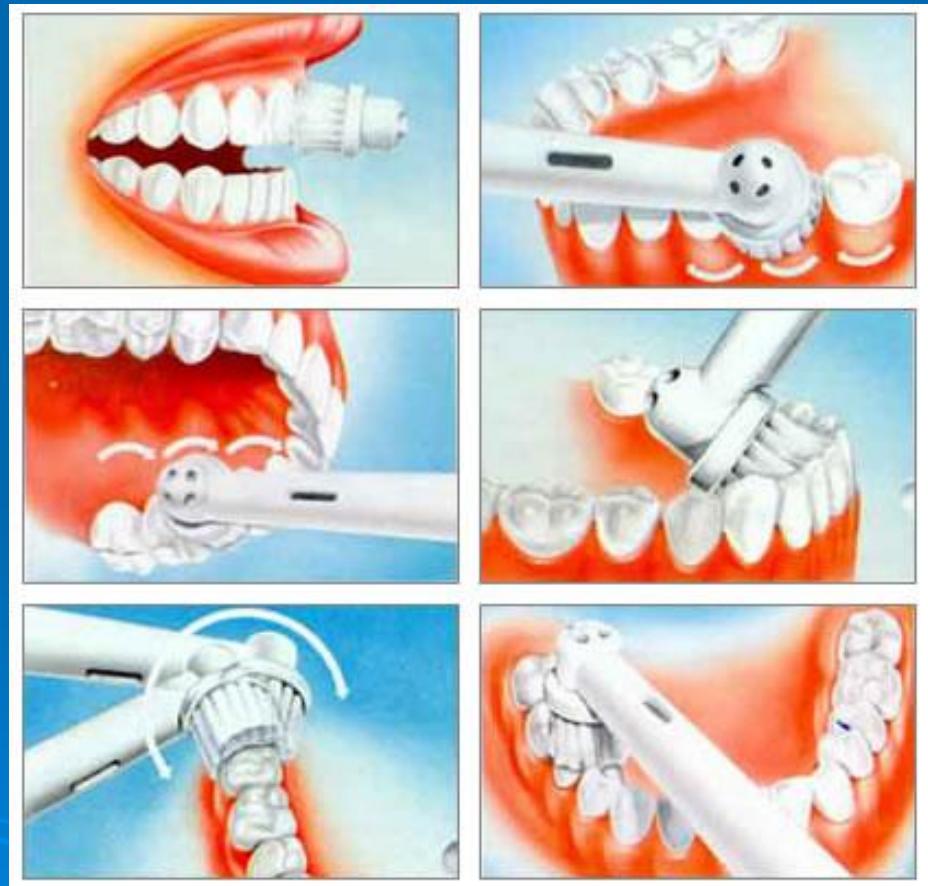
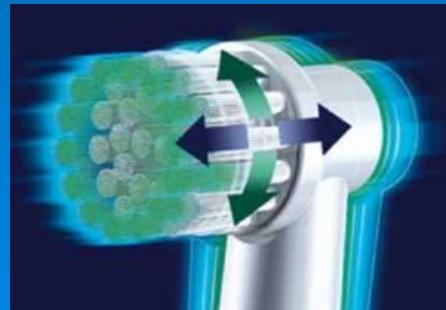
Зубная щетка способствует очищению зубов от зубного налета. Щетки бывают разной степени жесткости: очень жесткие, жесткие, средней жесткости, мягкие, очень мягкие. Зубные щетки с жесткими и очень жесткими щетинами применяют для очищения зубных протезов, мягкие и очень мягкие рекомендуют маленьким детям и при обострении заболевания десен. Здоровым людям лучше пользоваться щетками средней жесткости и мягкими. Для чистки труднодоступных мест больше подойдут щетки с конусообразной подстрижкой пучков щетины. Контур щетки должен носить вогнутый характер, это удобнее и лучше способствует очищению.

Щетина щеток может быть натуральной или искусственной. Искусственная щетина лучше очищает поверхность зубов, щетки из нее должны меняться через 1-2 месяца, из натуральной щетины - через 3-4. Новую зубную щетку необходимо вымыть мылом и обдать кипятком, затем каждый раз тщательно промывать водой и ставить в стаканчик щетиной вверху.



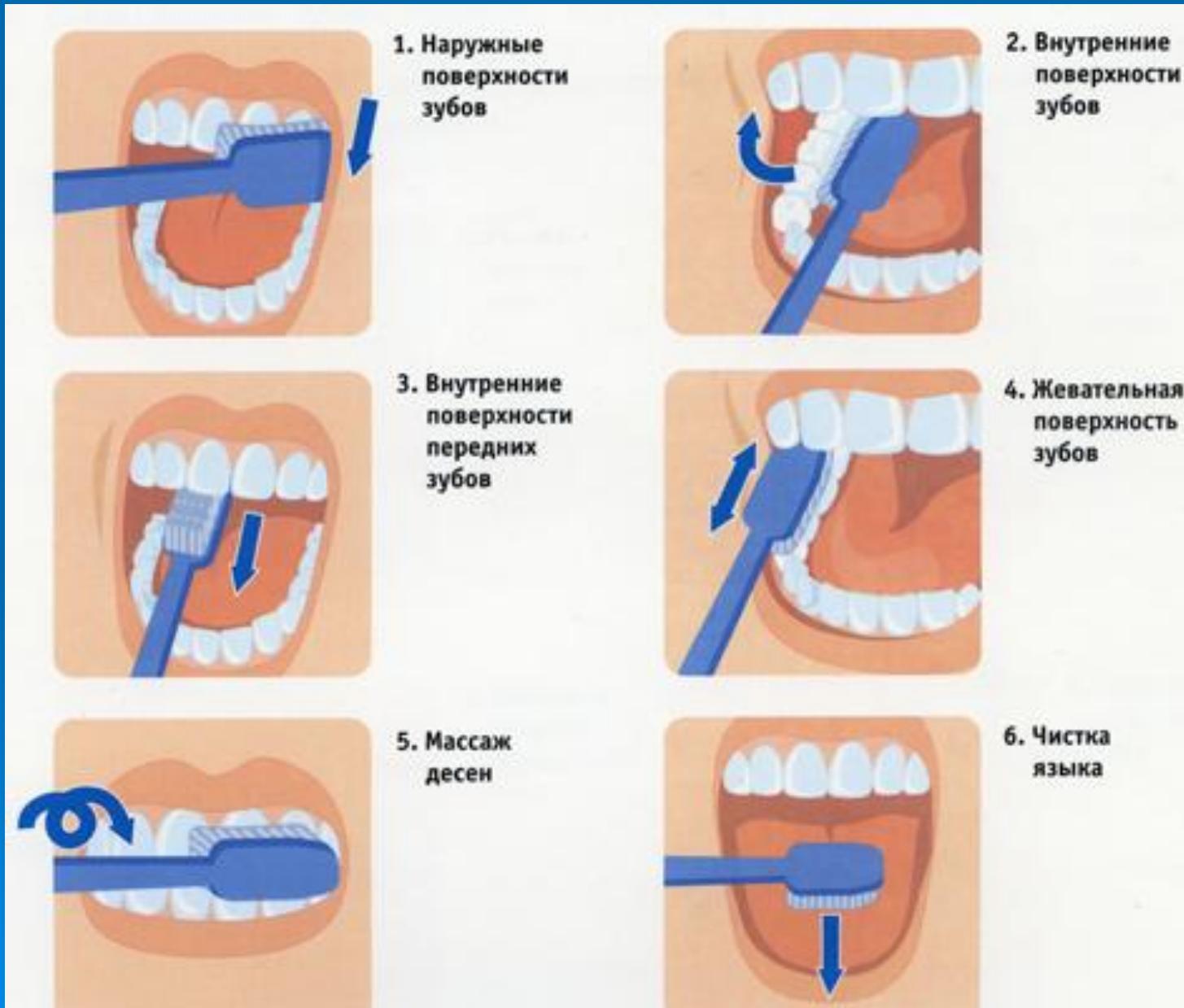
Как правильно пользоваться электрическими зубными щётками

Кроме обычных зубных щеток, в настоящее время существуют **электрические зубные щетки**, с помощью которых можно не только чистить зубы, но и проводить массаж десен.



Порядок чистки зубов

Зубы надо чистить 2 раза в день: утром после завтрака и вечером перед сном. Продолжительность процедуры – около 3 минут.



Гигиена ротовой полости



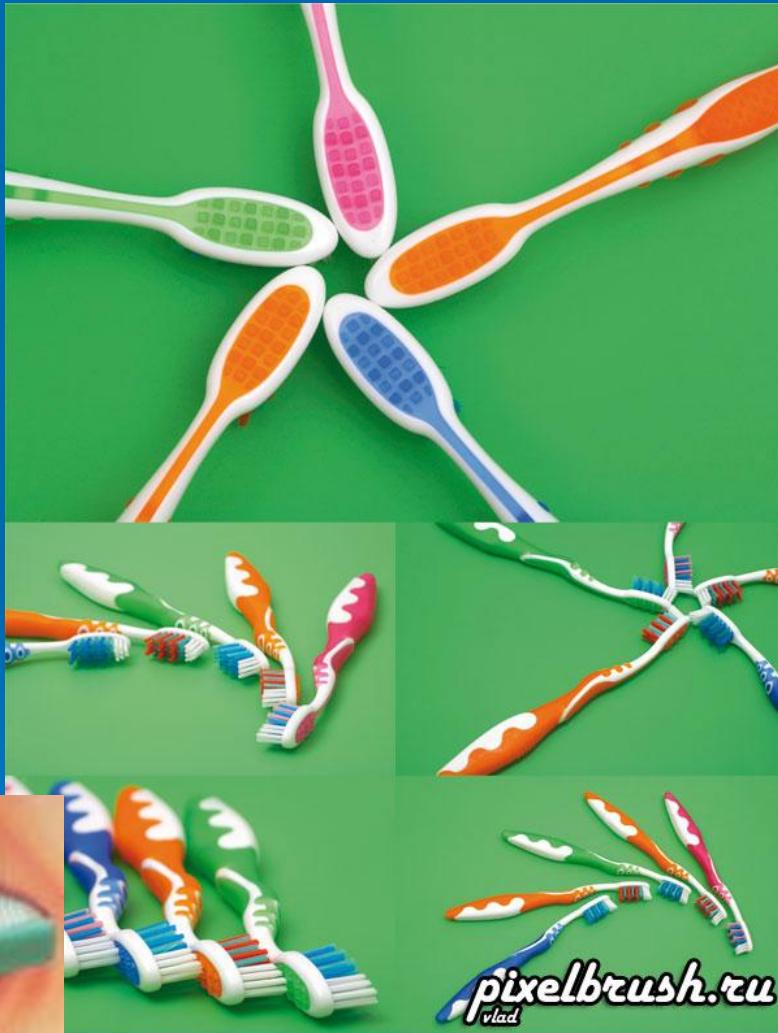
“Сто болезней
входит через
рот”.

(Китайская пословица).

Не забывайте дважды в день чистить зубы!



Вовремя меняйте зубную щётку

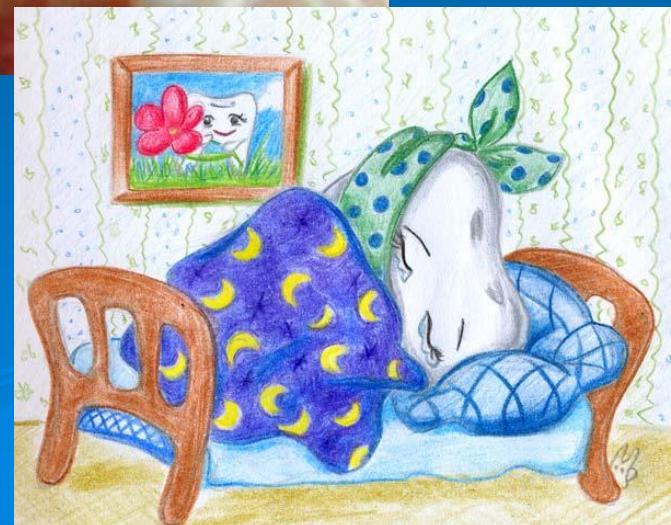
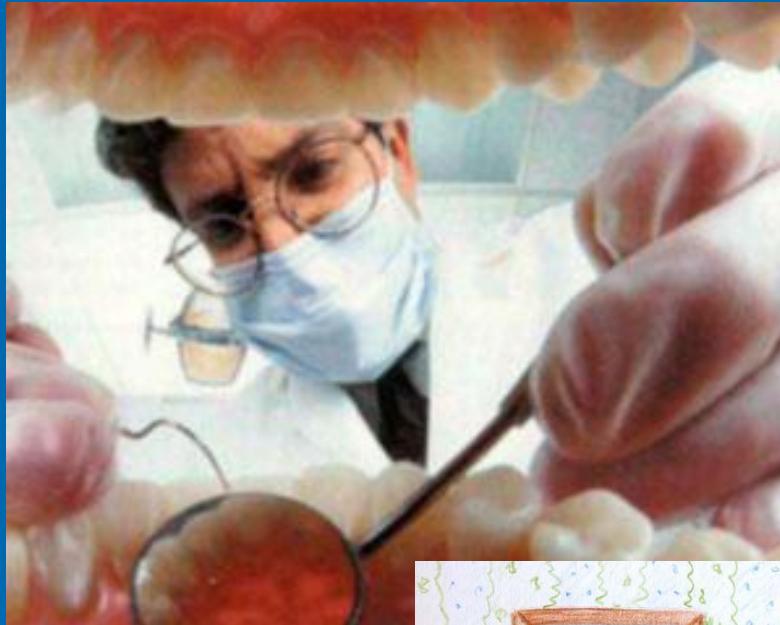


Посещайте стоматолога раза в год

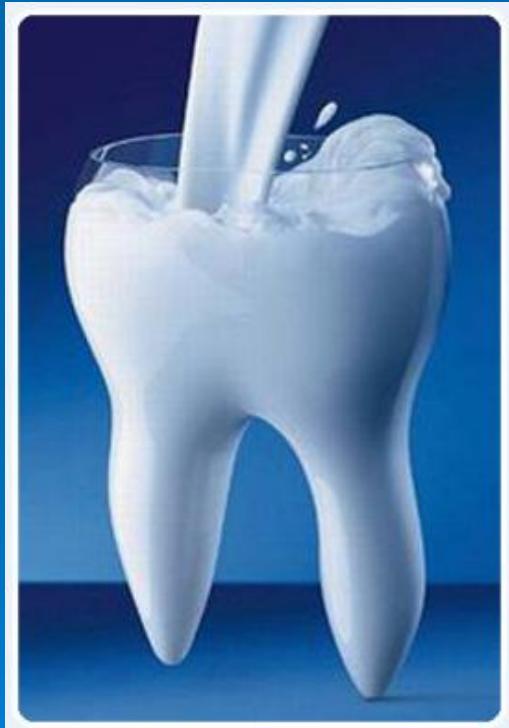
2



www.gorodnews.ru - Новости Смоленска



Ешьте полезные для здоровья зубов продукты: свежие овощи, фрукты, молочные продукты.



Не чередуйте горячую и
холодную пищу: зубная эмаль
может потрескаться



Ешьте меньше сладкого



Не грызите орехи, леденцы и другие твёрдые продукты



Будьте здоровы!!!

