

# Почему болят зубы ?

научно-исследовательская  
работа

ученика 4 «б» класса

МОУ «Лицей №1» г.Подольска

Чернова Александра

Дмитриевна



# Цель исследования:

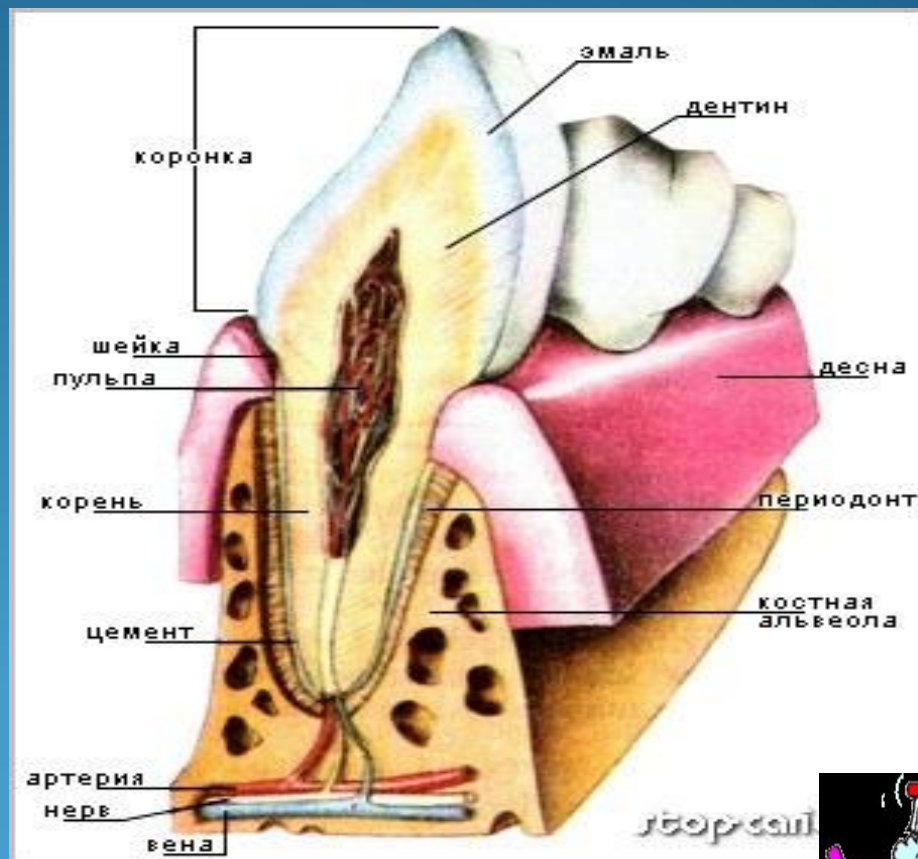
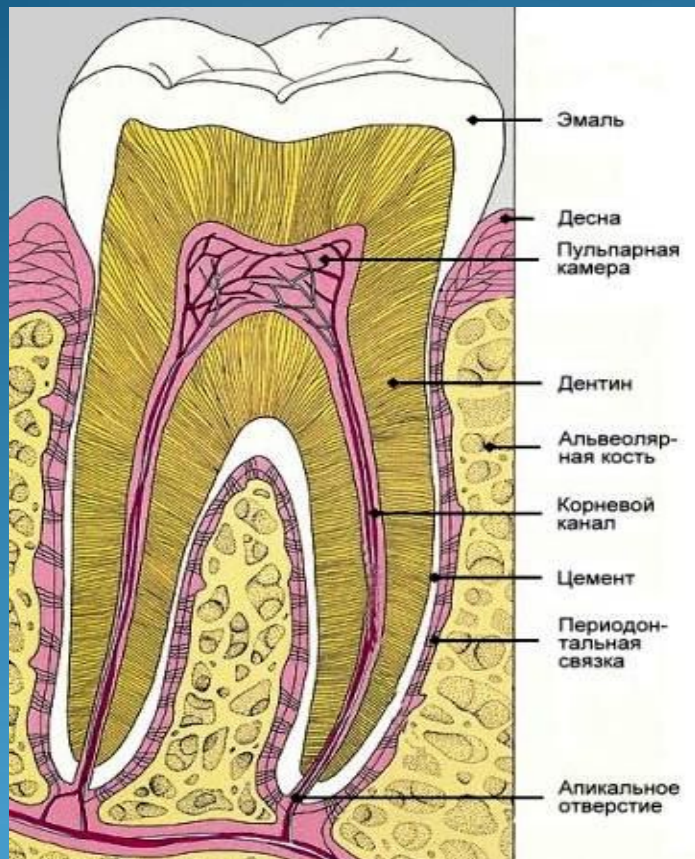
Ответить на вопрос почему болят зубы и как этого избежать.

## Задачи исследования:

- выяснить почему болят зубы;
- выяснить надо ли чистить зубы и как часто или можно просто пожевать жевательную резинку;
- выяснить, как часто надо посещать стоматолога, чтобы зубы не болели



# Как устроен наш зуб?

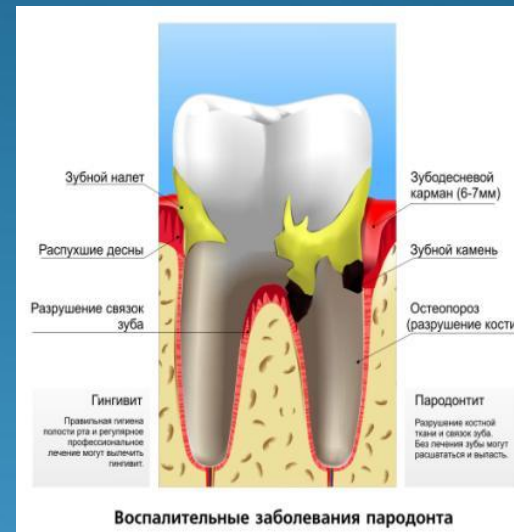
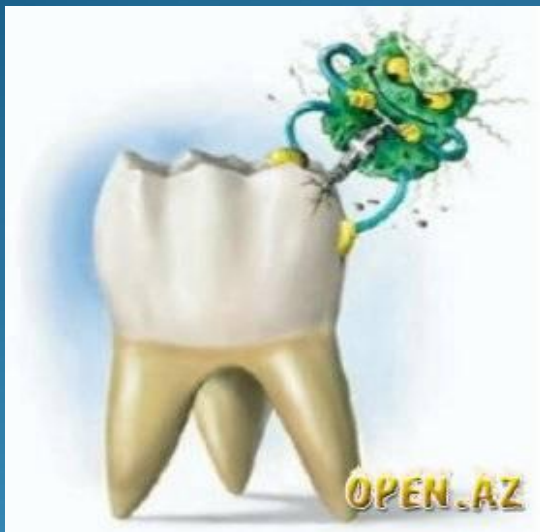


# Почему зубы болят?

Зуб начинает болеть, потому что заболевает кариесом. Кариес - это разрушение эмали зуба. Когда разрушение доходит до образования дырки, больной зуб начинает давать знать о себе болями в ответ на принятие холодной и горячей пищи, сладких, соленых и кислых блюд. Но эмаль зуба - это самая твердая ткань в человеческом организме. По прочности она немного уступает алмазу! Почему же тогда



# Как возникает кариес?

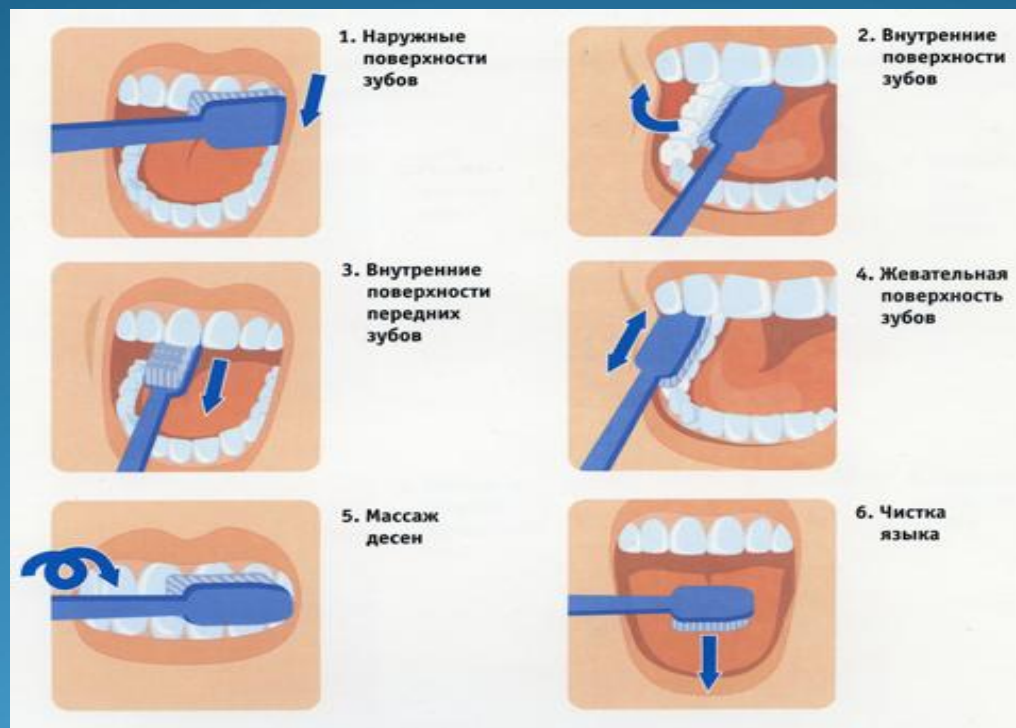


**зубной налёт + сахар = кислота**

**кислота + эмаль зуба = кариес**



# Для того чтобы, избежать кариеса



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

# *Кто такой стоматолог?*

Стоматолог - врач, который лечит больные зубы. Нужно ли посещать его, если зубы не болят? Зубного врача нужно посещать для осмотра состояния зубов и десен, даже если зубы не болят, а также чтобы не пропустить начавшееся развитие кариеса, и не реже 2 раз в год. Если возникнет необходимость, то врач сразу поставит пломбу на зуб. Нам детям, врач также может разровнять поверхность новых прорезавшихся зубов для более удобной чистки. Это делает



# *Жевательная резинка*

Сейчас активно рекламируется жевательная резинка, как супер-средство для очистки полости рта после еды. Однако на самом деле она очищает зубы скорее с помощью выделяющейся слюны, чем сама по себе. Состав жевательной резинки вызывает немалые опасения родителей и врачей. Поэтому ее лучше заменить морковкой, яблоком, а так же любым другим полезным овощем или фруктом, или стаканом прокипячёной воды.





# *Что показало анкетирование.*

**В проведенном анкетировании  
принемали участие учащиеся 2а,  
3б и 4б МОУ «Лицей №1» г.  
Подольска. Всего 42 человека.**

# Что показало анкетирование.

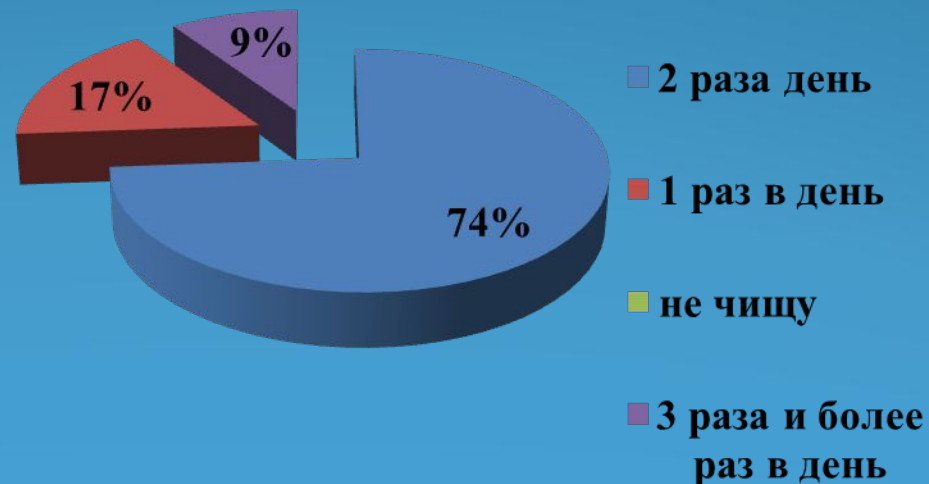
1. Сладкое любят подавляющее большинство ребят, а точнее 29 человек из 42 или 69%.

Любишь ли ты сладкое?



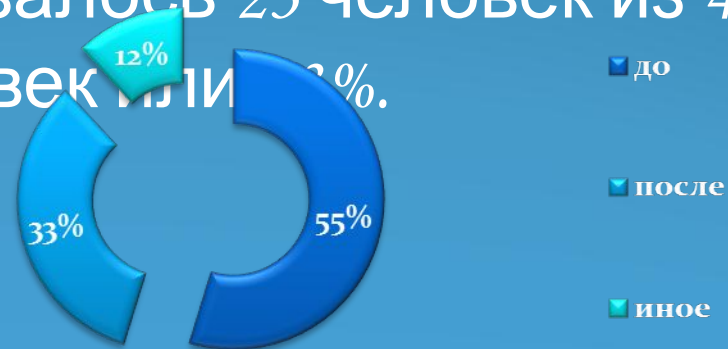
# Что показало анкетирование.

2. Среди учеников тех, кто не чистит зубы - нет; тех, кто чистит зубы 2 раза в день - 31 человек (74%); 1 раз в день - 7 человек (17%); и есть даже те, кто чистит зубы 3 более раз в день, к сожалению, таких только 4 человека или всего 9%.



# Что показало анкетирование.

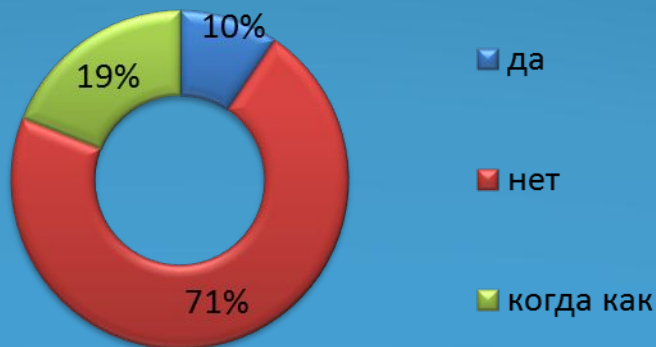
3. Чистить зубы нужно дважды в день. Утром, после завтрака, и вечером, перед сном. Большинство из опрошенных мной школьников, встав с кровати, сразу чистят зубы, после чего, завтракают и идут в школу (секцию и т.д.) в полной уверенности, что долг перед зубами они выполнили. Тех, кто чистит зубы до завтрака, оказалось 23 человек из 42, т. е. 55%, а после 14 человек или 33%.



# Что показало анкетирование.

4. В нашем лицее среди учеников начальной школы любителей пожевать «жвачку» оказалось меньшинство: всего 10% (4 человека из 42). Редко жуют 71% учащихся (30 человек); 19% (8 человек) - иногда жуют часто, а в основное время редко.

Часто ты жуешь жевательную резинку?



# Что показало анкетирование.

5. Большинство ребят, которых я опрашивал, регулярно посещают стоматолога. Из них 2 раза в год (как положено) - это делают 12 человек или 28%; хотя бы 1 раз в год - 15 ребят или 36%; более 2 раз регулярно посещают стоматолога 10 человек или 24%. Но есть и те, кто никогда не был у стоматолога (2 человека или 5%) или делает это реже 1 раза в год (3 человека или 7%).

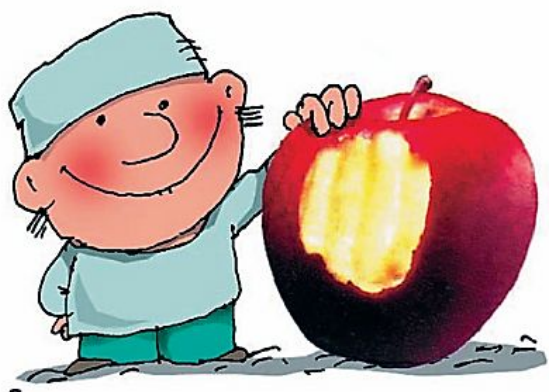




# Выводы и рекомендации.

Всем необходимо помнить, что:

- Зубы надо чистить не менее 2 раз в день, причём с утра зубы чистят после завтрака, а не до.
- Важно не то, как часто ты чистишь зубы, а то, насколько тщательно. Можно чистить зубы хоть десять раз в день, но если делать это кое-как, то пользы не будет никакой.
- Зубную щётку необходимо менять не реже 1 раза в 3 месяца. *Никогда не пользоваться чужой щёткой — даже очень близкого вам человека.*
- Не реже 2 раз в год посещать стоматолога. Стоматологи делают всё возможное, чтобы максимально снизить боль, а не увеличить её. Лечение зубов уже не такой болезненный процесс, как кажется.
- Жевательная резинка не заменит чистку зубов и принесет больше вреда, чем пользы. Поэтому ее лучше заменить морковкой, яблоком, а так же любым другим полезным овощем или фруктом, или стаканом простой кипячёной воды.



*Не переживай, а пережевывай!*

**и будет**



*Радости полон рот!*