

# Гигиена полости рта. Зубная формула. Отбеливание зубов.

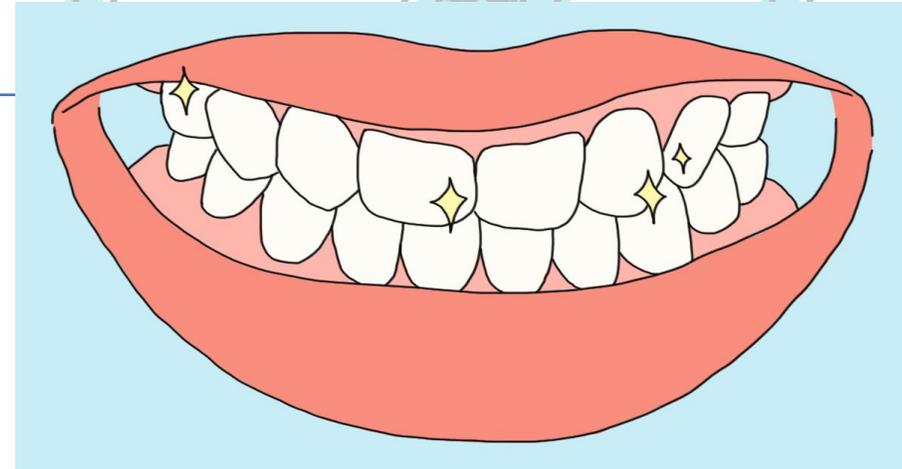
Подготовила:  
Студентка 3 курса группы  
Лечебного факультета  
ФАО

Витебск,



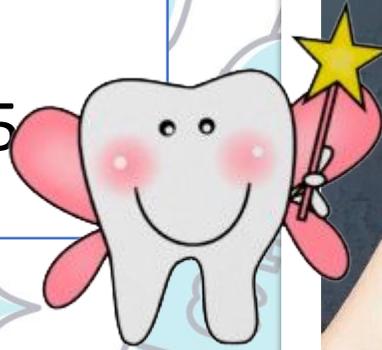
# Содержание:

1. *Правильная чистка зубов*
2. *Выбор зубной пасты*
3. *Зубная формула*
4. *Преимущества и недостатки отбеливания зубов*



# 1. Правильная чистка зубов

- Чистить зубы необходимо дважды в день: утром и вечером после приема пищи в течение 2-3 минут
- Зубная щетка должна иметь удобную ручку, щетинки не должны быть разволокненными, головка зубной щетки по размеру должна соответствовать 2,5 зубам

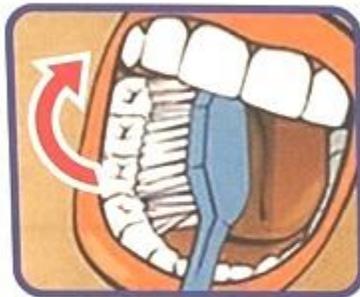


# ПРАВИЛА ЧИСТКИ ЗУБОВ

1

**Внутренние  
поверхности  
жевательных  
зубов:**

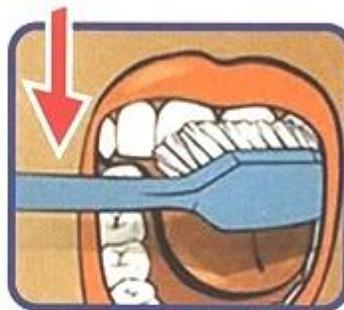
производят  
короткие  
движения,  
располагая  
щетку  
под углом  
к зубу.



2

**Наружные  
поверхности  
зубов:**

головку зубной  
щеточки  
располагают  
под углом  $45^\circ$   
к зубу и  
производят  
выметающие  
движения  
от десны.



3

**Жевательные  
поверхности  
зубов:**

зубную щетку  
располагают  
горизонтально  
и производят  
движения  
вперед-назад.



4

**Внутренние  
поверхности  
передних  
зубов:**

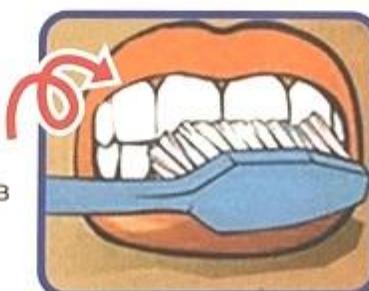
зубная щетка  
располагается  
вертикально,  
направление  
движения -  
от десны  
к режущему  
краю зуба.



5

**Массаж десен:**

заканчивают  
чистку зубов  
круговыми  
движениями  
щеточки с  
захватом зубов  
и десен при  
сомкнутых  
челюстях.



6

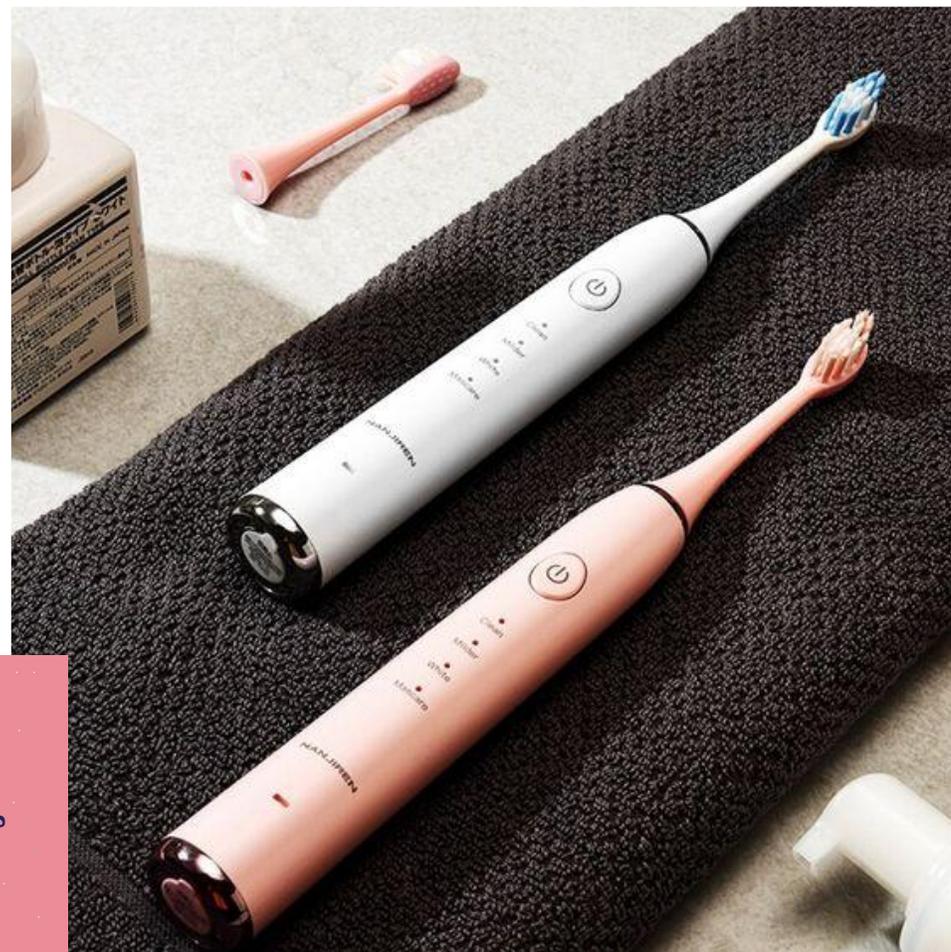
**Чистка зубов  
на стадии  
прорезывания:**

зубы в стадии  
прорезывания  
чищают  
горизонтальными  
движениями  
вперед-назад  
располагая  
зубную щетку,  
как показано  
на рисунке.



# Преимущества электрической зубной щетки

- + простота в использовании;
- + более качественная очистка;
- + очистка труднодоступных мест;
- + не травмирует десна и зубную эмаль;



Brush em'

# Зубные нити



- Зубные нити позволяют удалить остатки пищи и зубной налет с поверхностей зубов, недоступных зубной щетке (например, межзубные промежутки). Регулярное использование зубной нити помогает предотвратить воспаление десен, сохранить белизну зубов, предупредить образование зубного камня.

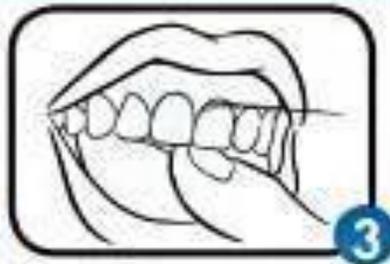
# Как пользоваться зубной нитью:



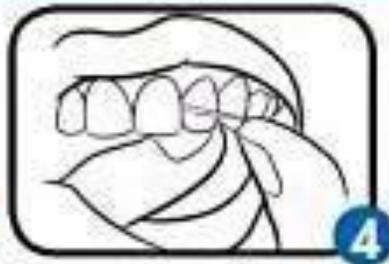
Используй приблизительно 45 см зубной нити, намотав ее большую часть на средние пальцы.



Захвати нить между средними и большими пальцами, натяни ее;



Далее аккуратно, без резких движений двигай нитью вверх-вниз между зубами;



Для удаления налета протяни нить буквой «с» между зубом и таким же способом продолжайте чистить;



Плотно придерживай зубную нить возле зуба, отводя ее от десны и делая движения с «вверх и вниз»

## 2. Выбор зубной пасты

- Фторсодержащая → снижает риск развития кариеса;
- С триклозаном → противовоспалительное действие;
- Отбеливающая → от темного налета;
- Десенсибилизирующая → снижает чувствительность к кислоте, горячему и холодному;



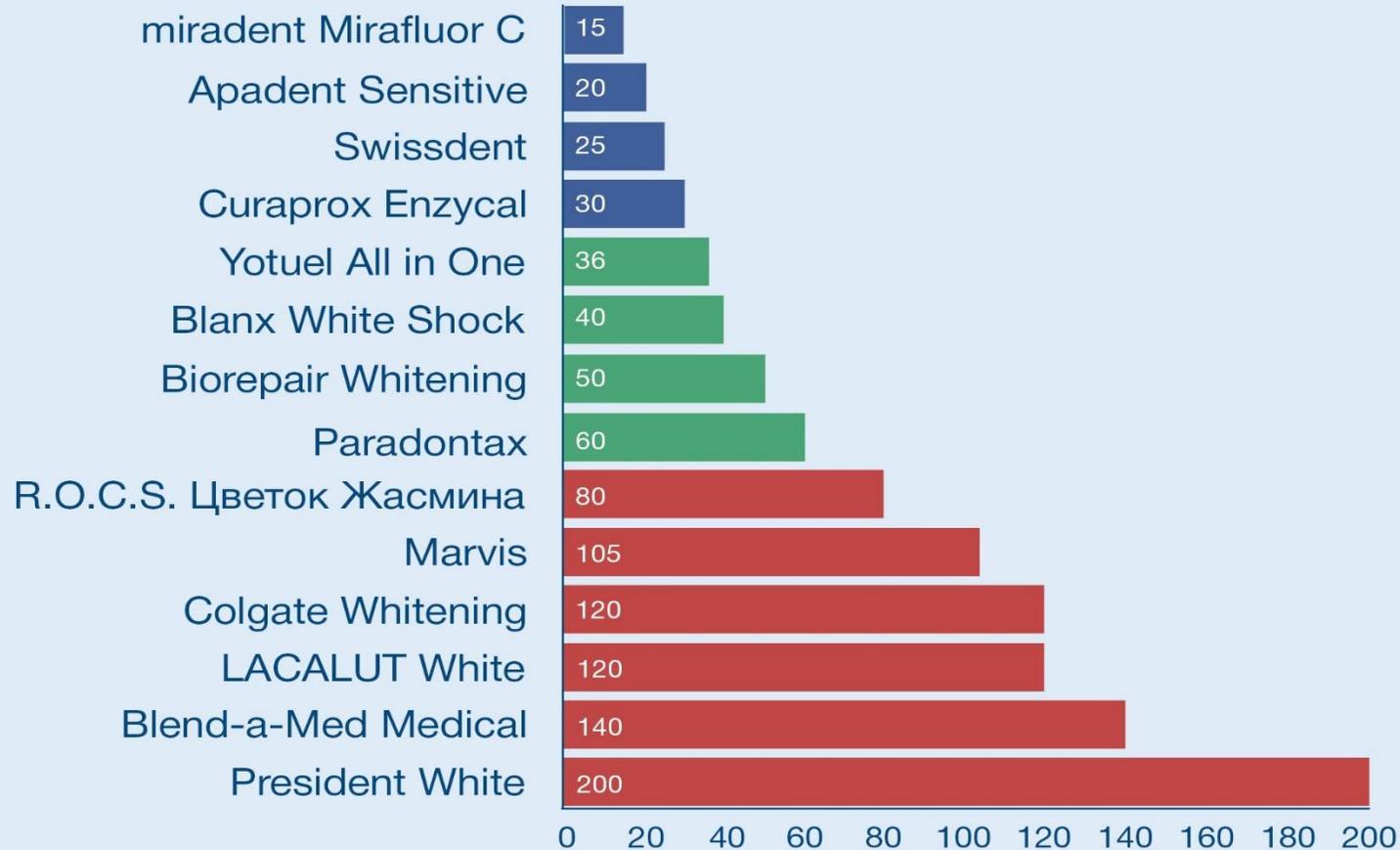
## **Состав зубной пасты**

# Индекс абразивности пасты (RDA)

■ для чувствительных зубов

■ для здоровых зубов

■ не рекомендуется для ежедневного применения



# Что еще должно быть в составе?

связующие

агар-агар  
полиэтилен-  
гликоль

абразивы

диоксид  
кремния  
пирофосфаты

пенообразующие

лаурилсаркозинат  
натрия  
кокаמידопропил  
бетаин

увлажняющие

глицерин  
ксилит  
сорбит

карбонат  
кальция  
гидроксид  
алюминия

лаурилсульфат  
натрия  
лауретсульфат  
натрия

# 3. Зубная формула

Содержание зубной формулы – это порядок расположения зубов, записанный с помощью специальных обозначений.

**схемы нумерации  
зубов**

Квадратно-  
цифровая  
система

Двухцифрова  
я система

Буквенно-  
цифровая система

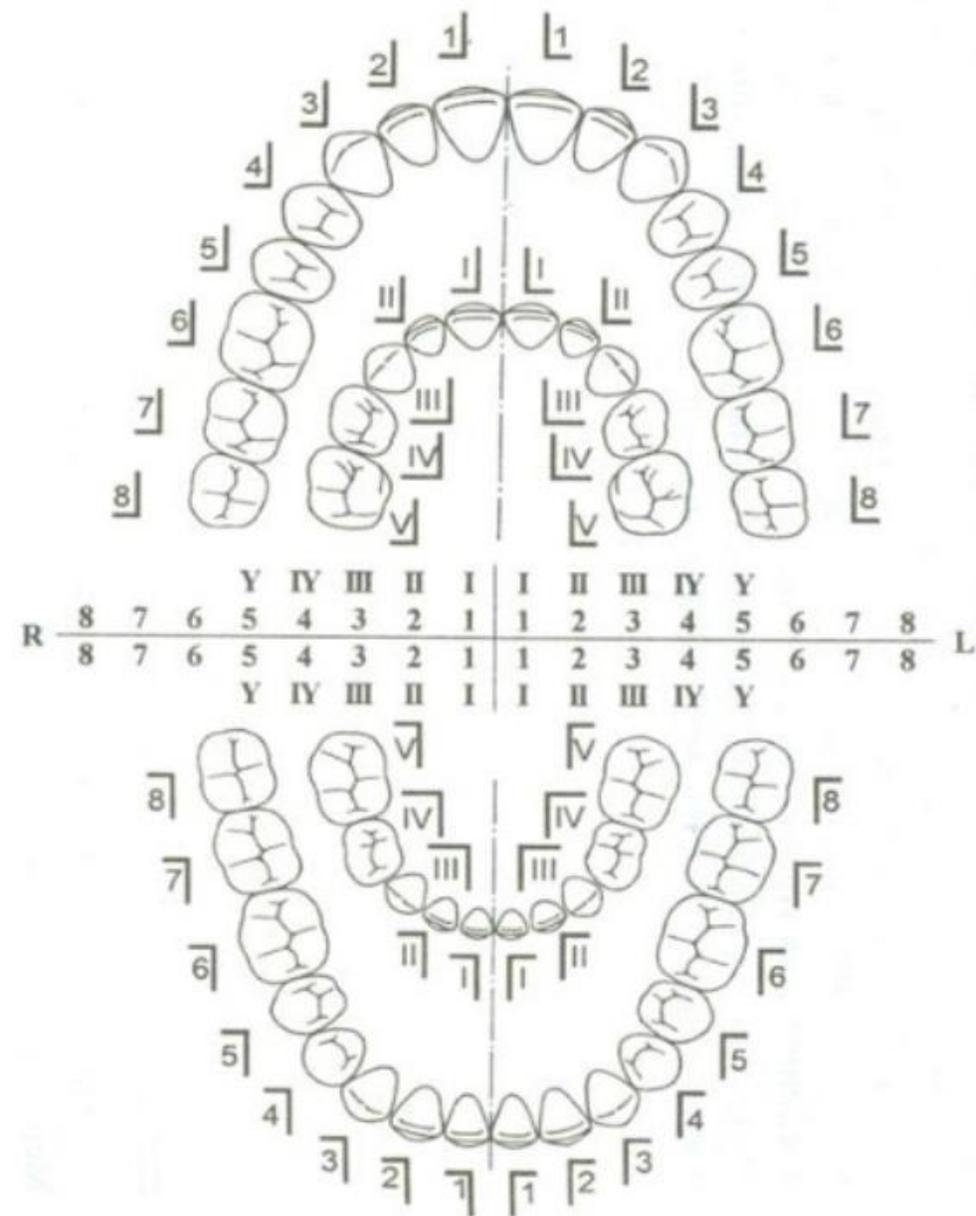
# КВАДРАТНО-ЦИФРОВАЯ СИСТЕМА ЗИГМОНДИ-ПАЛМЕРА

8	7	6	5	4	3	2	1		1	2	3	4	5	6	7	8
8	7	6	5	4	3	2	1		1	2	3	4	5	6	7	8

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

V	IV	III	II	I		I	II	III	IV	V
V	IV	III	II	I		I	II	III	IV	V

ДЛЯ ДЕТЕЙ



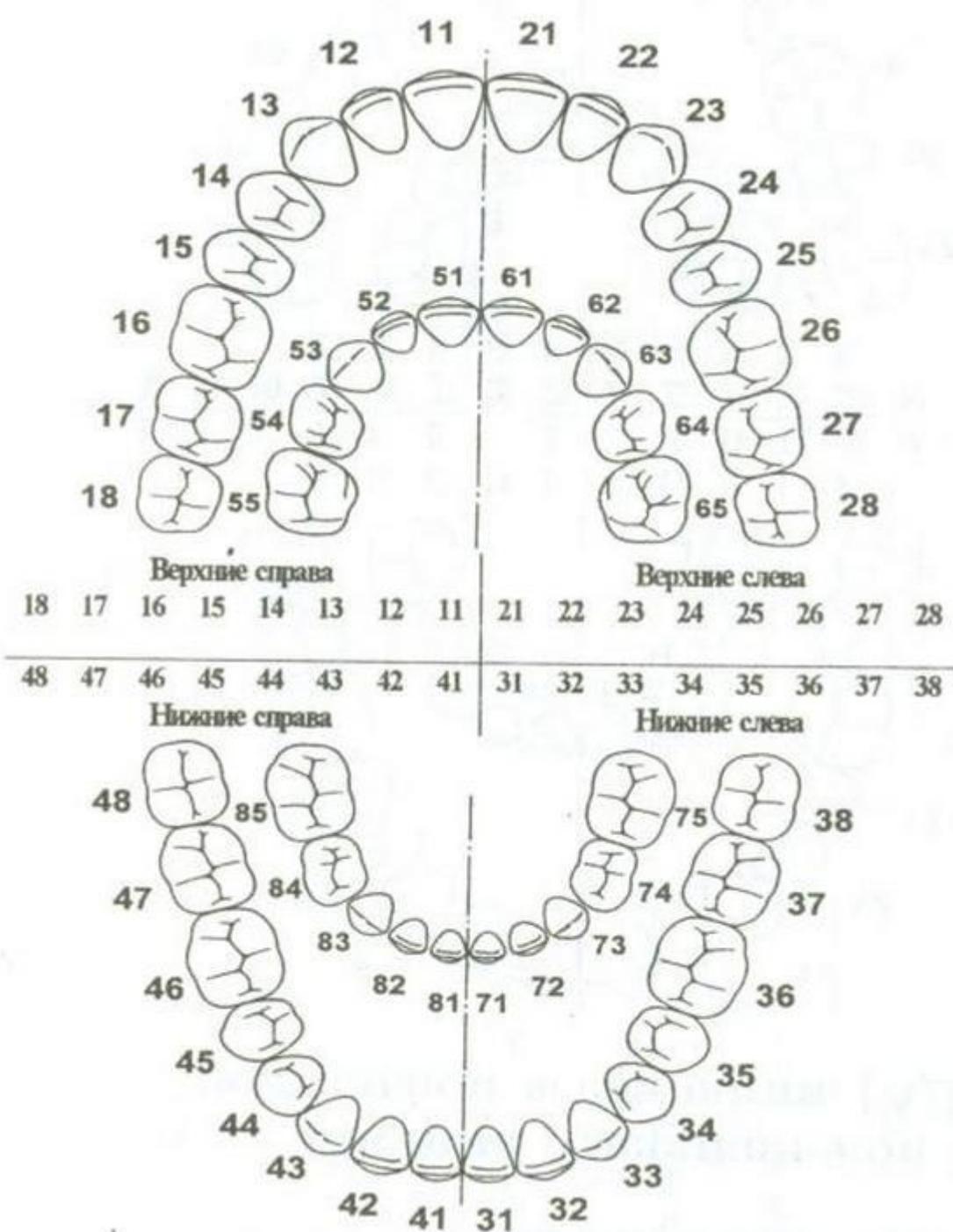
# ДВУХЦИФРОВАЯ СИСТЕМА ВИОЛА

18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27
48	47	46	45	44	43	42	41	31	32	33	34	35	36	37

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

55	54	53	52	51	61	62	63	64	65
85	84	83	82	81	71	72	73	74	75

ДЛЯ ДЕТЕЙ



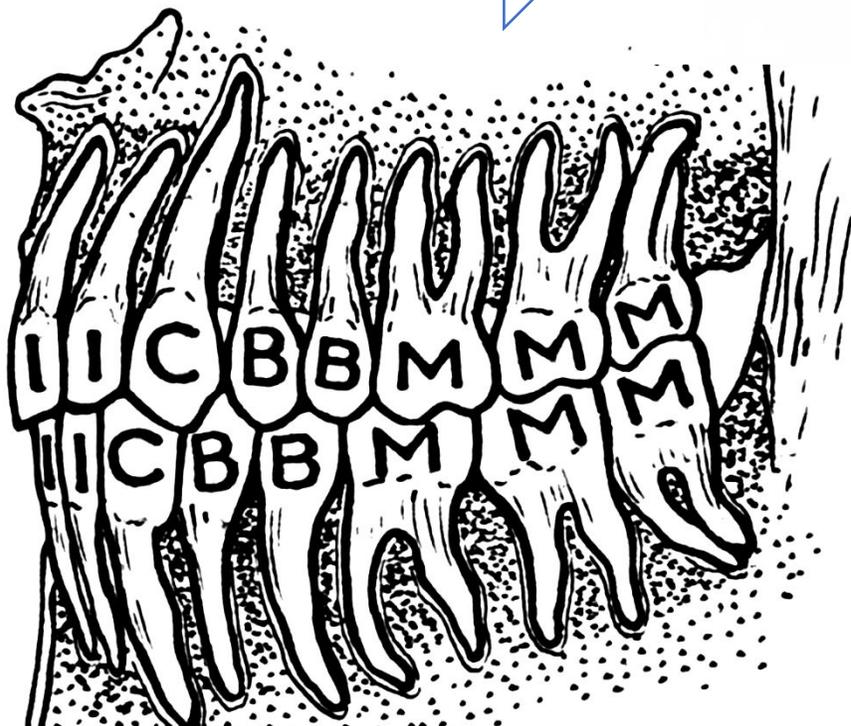
# УНИВЕРСАЛЬНАЯ ЦИФРОВАЯ БУКВЕННАЯ СИСТЕМА

Молочные зубы обозначаются  
маленькими буквами

Цифры сверху –  
верхние зубы

Цифры снизу – нижние  
зубы

M <sup>3</sup>	M <sup>2</sup>	M <sup>1</sup>	P <sup>2</sup>	P <sup>1</sup>	C	I <sup>2</sup>	I <sup>1</sup>	I <sup>1</sup>	I <sup>2</sup>	C	P <sup>1</sup>	P <sup>2</sup>	M <sup>1</sup>	M <sup>2</sup>	M <sup>3</sup>
M <sub>3</sub>	M <sub>2</sub>	M <sub>1</sub>	P <sub>2</sub>	P <sub>1</sub>	C	I <sub>2</sub>	I <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>	I <sub>2</sub>	C	P <sub>1</sub>	P <sub>2</sub>	M <sub>1</sub>	M <sub>2</sub>	M <sub>3</sub>



I – резец; всего в полной записи  
может быть восемь.

C – клык; общее количество –  
четыре.

P – премоляр; на двух челюстях –  
восемь.

M – моляр; вместе с «зубами  
мудрости» – двенадцать

## 4. Отбеливание зубов

- это комплекс мер, целью которых является осветление зубной эмали на несколько тонов

### Преимущества:

- + Отсутствие медицинских показаний – когда осветлять зубы, пациент решает сам.
- + Разнообразие методик по доступным ценам.
- + Высокий результат за один сеанс.
- + Не нужна реабилитация.

### Недостатки:

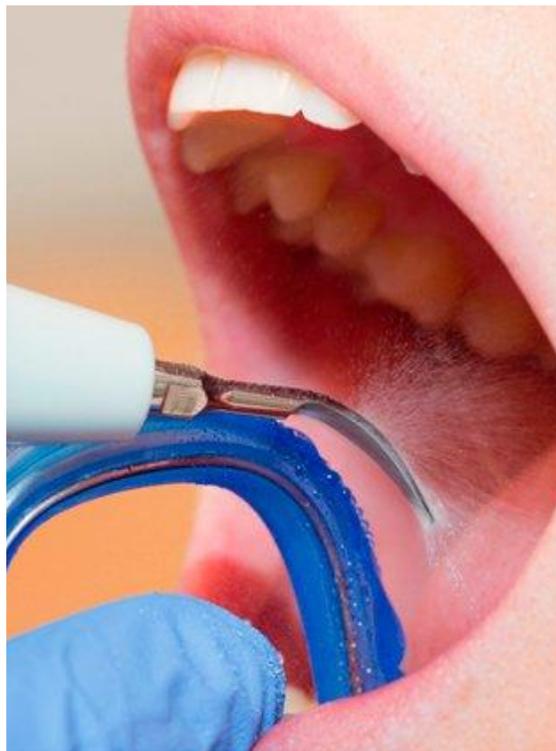
- Зубы могут потерять естественный цвет, стать «слишком белыми».
- Возникает риск истончения эмали и необходимость реминерализации.
- Повышается чувствительность к горячей и холодной пище.
- Эффект держится не более 7 лет.

# Виды отбеливания зубов

**Пескоструйно  
е**



**Ультразвуково  
е отбеливание**



**Химическое  
отбеливание**



**Фотоотбелива  
ние**



**Спасибо за**  
**внимание!**

