

О профилактике стоматологических заболеваний у детей дошкольного возраста

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Соблюдение режима питания и ограничение потребления сладостей.
- Ежедневный уход за полостью рта с применением фторидсодержащей зубной пасты.
- Своевременное посещение врача-стоматолога для выявления факторов риска стоматологических заболеваний и назначения профилактических мероприятий.

Уважаемые родители! Сохранить здоровье зубов Вашего ребенка или остановить развитие уже имеющегося заболевания с помощью только современных мер профилактики невозможно без Вашего активного участия и соблюдения следующих правил:

- Соблюдение режима питания и ограничение потребления сладостей. Число кормлений не должно превышать 5 – 6 раз в день (3 – 4 основных и 2 промежуточных). Для утоления жажды давайте ребенку воду, а сок и компот – не чаще 1 – 2 раз в сутки. Сладости и фрукты следует давать ребенку сразу после приема пищи или перед чисткой зубов. В качестве промежуточного приема пищи лучше использовать сыр, йогурт, орехи, несладкие фрукты и овощи. Не давайте ребенку в детский сад конфеты, сладкое печенье, вафли и другие сладости, так как их употребление между основными приемами пищи особенно вредно для зубов.
- Ежедневный уход за полостью рта с применением фторидсодержащей зубной пасты. С момента прорезывания зубов их следует 2 раза в день очищать от налета с помощью мягкой зубной щетки. Зубную щетку и пасту для Вашего ребенка поможет выбрать стоматолог. До 5 – 6 лет зубы ребенку очищают родители (метод чистки см. на следующей странице). Если ребенок хочет чистить зубы самостоятельно, то родители должны обязательно контролировать сам процесс и количество наносимой на зубную щетку пасты (не более 0,5 – 1 см), а в конце дочищать зубы ребенка. Проведение регулярной чистки зубов в детском саду под присмотром воспитателя также поможет привитию навыков гигиены полости рта.
- Своевременное посещение врача-стоматолога для выявления факторов риска стоматологических заболеваний и назначения профилактических мероприятий. Регулярное, 2 раза в год, посещение врача-стоматолога является залогом своевременного выявления формирующейся патологии, а также получения ребенком полного объема профилактических мер. Обязательно следует обратиться к врача-стоматологу сразу же после прорезывания у ребенка первых постоянных жевательных зубов (обычно в 5 – 6 лет) для проведения в случае необходимости процедуры их защиты от кариеса.