



12 мифов о ротовой гигиене детей и взрослых

Очень часто, такое обыденное действие, как чистка зубов, вызывает много различных вопросов и разногласий. Если вы неправильно ухаживаете за своими зубами, то, глядя на родителей и подражая им, дети учатся чистить зубы неправильно. Переучиться будет достаточно трудно.

Эта статья не сможет разом покончить с "грязными зубами" и кариесом, но если мне удастся ответить на некоторые вопросы о гигиене полости рта и развеять несколько наиболее часто встречающихся мифов о чистке зубов, задачу можно будет считать выполненной.

Самый первый, самый большой и самый страшный миф: "Молочные зубы чистить не надо!"

Надо, и еще как надо!!!

Во-первых, молочные зубы не застрахованы от кариеса, а лучшим средством его профилактики является идеальная индивидуальная гигиена полости рта, то есть хорошая и правильная чистка зубов. А во-вторых, не научив и не приучив ребенка с пеленок чистить зубы, потом это сделать уже гораздо сложнее. К сознательному возрасту ребенок должен воспринимать чистку зубов также естественно, как и еду. И помните, что ребенок во всем подражает родителям, поэтому Вы должны стать примером для ребенка даже в таком нелегком труде, как чистка зубов.

Ухаживать за зубками надо начинать сразу, как только появляется предмет ухаживания. Первые прорезавшиеся зубки рекомендуется чистить силиконовой щеточкой, которая одевается на палец взрослого. А с 8-10 месяцев уже можно использовать самую маленькую детскую зубную щетку. Для детей разработаны специальные щетки с толстой ручкой (чтобы удобнее было держать в кулачке), они яркие, и призывают ребенка еще и поиграть, ведь именно в игре рождается дружба! Бывают щетки с погремушкой в ручке, которая гремит, только если правильно чистить зубы.