

## **Тема: Особенности обучения гигиене полости рта родителей детей грудного и раннего возраста.**

В период беременности женщины должны больше внимание уделять гигиене полости рта, так как риск возникновения кариеса и болезней пародонта резко увеличивается. Для поддержания хорошего гигиенического состояния полости рта беременным рекомендуются основные и дополнительные средства гигиены. К основным средствам гигиены относят зубные щетки и зубные пасты.

При выборе зубных щеток учитывается состояние тканей пародонта и зубов. При наличии некариозных поражений - клиновидных дефектов, эрозий, гиперестезии, признаков воспаления десен рекомендуются зубные щетки с мягкими волокнами. При чистке зубов можно использовать зубные щетки ромбовидной формы; с зигзагообразной подстрижкой щеточного поля; щетки с разной жесткостью волокон: наружные - более мягкие, внутренние - жесткие; щетки, в которых наружный ряд волокон установлен под углом; зубные щетки «ORAL-B», «Эдвантедж» с микротекстурной щетиной, которая очищает не только кончиками, но и боковыми поверхностями.

Из имеющихся зубных паст в период беременности желательно использовать лечебно-профилактические: противокариозные и противовоспалительные.

К противовоспалительным зубным пастам относят пасты, содержащие натуральные биологически активные вещества (БАВ) – экстракты трав, растений, витамины - «Лесная», «Новинка-72», ламинарии и продукты леса «Невская», «Мурзилка», «Ламидент», «Универсальный», «Изумруд» производства Санкт-Петербурга, солевые зубные пасты «Мэри», «Зефир», «НеоЭкстра», «Фито», «Фрукто-Поморин», «Лазурь», «Омодент», изготовленные на основе концентратов минеральных вод и морских лиманов, соли находятся в ионном состоянии, вызывают дегидратацию воспаленных тканей и усиливают обменные процессы и химические вещества, оказывающие противовоспалительное действие - хлоргексидин, триклозан, растворимый цинк, сополимер, PVM/МА, ферменты, зубные пасты «Colgate Total», «Blenda - med», «Complete», «Особая», «Фосфатазная».

Из противокариозных зубных паст беременные женщины нуждаются в зубных пастах, содержащих макро- и микроэлементы - «Ремодент», «Жемчуг», «Арбат». «Colgate». Из фторсодержащих зубных паст желательнее использовать те, в которых наполнителем является кремниевый абразив - система флуористат (гидратированная двуокись кремния с фтористым натрием в концентрации от 0,24 до 0,32%).

Для уменьшения чувствительности зубов беременным можно рекомендовать зубную

Из дополнительных средств гигиены полости рта можно использовать: зубные нити флоссы с фтористым натрием или хлоргексидином, зубные эликсиры, ополаскиватели жевательные резинки с фтористым натрием, хлоргексидином, с сахарозаменителями, фтористые гели и желе «ProFluorid Gelu», «Fluoridin Gel».

Дети должны приобщаться к гигиене полости рта с рождения, ответственность за это несут их родители.

До прорезывания первых молочных зубов используются детские зубные щетки для беззубых челюстей с небольшой рифленостью на обратной стороне головки для очищения языка от слизи. Используются родителями, прополаскиваются в кипяченой воде, высушиваются, хранятся в стакане головкой вверх. Можно использовать махровую тряпочку для очищения полости рта, она должна быть очень мягкой, смачивается в кипяченой воде комнатной температуры. После использования обрабатывается кипяченой водой и высушивается. Используется родителями после каждого кормления.

В дальнейшем используются детские зубные щетки для детей до 2 лет без зубной пасты. Щетина перед и после использования смачивается теплой кипяченой водой, хранится в стаканчике головкой вверх.

Кроме того, необходимо гигиеническое резиновое зубное кольцо, которое стимулирует слюноотделение, успокаивает зуд при прорезывании молочных зубов.

С двух лет дети чистят зубы с детской лечебно-профилактической пастой, но лучше использовать гели.

Кроме того ребенку необходимо получать сладости в небольшом количестве (во время приема пищи, затем полоскать рот водой). С 1,5—2 лет полоскать рот после еды. С 2—2,5 лет чистить зубы зубной щеткой (после завтрака, перед сном).

В 4—5 лет чистить зубы зубной щеткой и зубной пастой не менее 2—3 минут, 200—250 движений. До 4—5 лет чистка зубов осуществляется руками родителей. Начиная с 5—6 лет, рекомендуется двукратная чистка зубов (утром после еды и вечером перед сном) мягкой зубной щеткой и любой гигиенической или фторсодержащей зубной пастой. Детям надо помогать чистить зубы до 6 лет. Выбор зубных паст зависит от состояния зубов и десен.

Учитывая, что воспитание условного рефлекса, привычки или умения наиболее эффективно, т. е. возможно в оптимально короткие сроки, у детей раннего и дошкольного возраста (преимущественно до 3 лет), необходимо уделить максимум внимания воспитанию детей младшего возраста. Опыт воспитания более старших детей (школьного возраста) показывает, что для воспитания такого же навыка требуется значительно больше времени.