

Мета догляду за зубами немовлят та дошкільнят:

- Уникнути болю, спричиненого раннім дитячим карієсом.
- Забезпечити приємне і не загрозливе введення до догляду за зубами.
- Встановити звичку правильного чищення зубів та використання зубної нитки.

Карієс дитячих пляшечок

Карієс молочних зубів, спричинений постійним і тривалим впливом молока, дитячих сумішей, фруктових соків, напоїв та інших солодких рідин, що потрапляють до дитячої пляшечки або чашки.

- Дітей з пляшковим карієсом найчастіше годують цими напоями безпосередньо перед сном або під час денного сну, що дає бактеріям час для росту та розмноження навколо зубів.
- Карієс дитячих пляшечок починається з білого кольору, що з часом переходить у коричневий у міру розвитку активного карієсу.

Чого слід уникати

- Уникайте цілувати дитину в губи. Погані бактерії в ротовій порожнині, що викликають карієс, можуть передаватися від батьків до немовлят.
- Не кладіть соску в рот для чищення і не давайте її дитині. Це може призвести до перенесення бактерій до рота дитини.
- Не давайте дитині молоко, сік або будь-який інший напій після чищення зубів або перед сном – це може спричинити карієс дитячих пляшечок.
- Уникайте липкої та солодкої їжі. Такі продукти або цукерки можуть спричинити карієс. Початкові каріозні порожнини виглядають як білі плями на зубах, які з часом перетворюються на коричневі плями у міру розвитку карієсу.

5 способів запобігання карієсу у дітей	
Уникайте спільного використання	Харчуйтеся здорово і пийте фторовану воду
Перше відвідування стоматолога не пізніше 1 року	Використовуйте зубну пасту з фтором як тільки зуби пролізуть крізь ясна. Коли діти зможуть самі почистити зуби, попросіть їх почистити 2 хвилини 2 рази на день
Запечатуйте карієс Порадьтеся зі своїм стоматологом щодо нанесення зубних герметиків на жувальні поверхні зубів.	

Догляд за зубами немовлят та дітей

Догляд за зубами дитини важливий для її загального здоров'я та розвитку, тому правильний догляд варто починати ще до появи першого зуба. Правильні кроки з догляду за зубами разом із дитиною допоможуть забезпечити здоров'я зубів вашої дитини в майбутньому.



Ранній карієс

Помірний карієс

Запущений карієс

Джерела:

¹ Harris, N., Garcia-Godoy, F. & Nathe, C. (2009). Primary Preventive Dentistry. (7th Edition). New Jersey: Pearson Education.

² American Dental Association. (2019). 10 things to know about your tot's teeth. Retrieved from: <https://www.mouthhealthy.org/en/babies-and-kids/kids-quick-tips>

³ American Dental Association. (2019). Babies and kids. Retrieved from <https://www.mouthhealthy.org/en/babies-and-kids/healthy-habits>

⁴ Food and Drug Administration (FDA) (2018). FDA takes action against the use of OTC benzocaine teething products due to serious safety risk, lack of benefit. Retrieved from <https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-takes-action-against-use-otc-benzocaine-teething-products-due-serious-safety-risk-lack-benefit>

Створено 04 лютого 2020 року

Ранній догляд за зубами дитини

- Щоденно гігієною порожнини рота дитини повинні займатися батьки. Експерти рекомендують відвідувати стоматолога протягом першого року життя.
- Управління з контролю за якістю харчових продуктів і медикаментів попереджає, що **НЕ** можна використовувати будь-які бензокаїнові продукти, такі як Baby Orajel, Orajel та Orabase Paste для дітей віком до 2 років.
- Після годування протріть м'якою мочалкою місця, де згодом з'являться зуби, видаляючи залишки їжі. Це допоможе встановити рутинну процедуру очищення ясен.



Пальцева щітка

- Коли зуби починають прорізуватися, щодня видаляйте зубний наліт за допомогою пальцевої щітки.
- Як запобіжний захід, зубну пасту з фтором не слід використовувати для дітей молодше 3 років.
- Якщо ви даєте дитині пляшечку перед сном, переконайтеся, що в ній лише вода. Молоко та інші солодкі напої можуть викликати карієс, якщо залишаються на зубах.

Коли з'являються молочні зуби?

Коли молочні зуби прорізаються крізь ясна, у малюків можуть виникати біль або набряк ясен. Легке потирання ясен чистою, прохолодною мочалкою може допомогти усунути дискомфорт. Американська академія дитячої стоматології рекомендує, щоб діти відвідували стоматолога до свого першого дня народження або через 6 місяців після появи першого зуба.

Які зуби з'являються і коли?

Техніка чищення зубів у дітей

- Коли у дитини прорізаються перші корінні зуби, починайте використовувати м'яку щітку, яка відповідає її віку.
- Чистіть зуби щонайменше двічі на день по 2 хвилини.
- Загалом у дитини з'являється 20 молочних зубів. Молочні зуби важливі для жування, мовлення та правильної відстані між дорослими зубами.
- Під час чищення направляйте зубну щітку під кутом 45 градусів до ясен і м'яко чистіть маленькими колами або легенько вдавлюйте щітку в ясна.
- Чистіть всі поверхні зуба. Чистка зубів важлива для видалення зубного нальоту, що накопичується на зубах.
- Коли зуби почнуть стикатися, почніть користуватися зубною ниткою щодня.

Кількість розміром з горошину для дітей від 3 до 6 років



Посадка дитини на коліна: корисно, весело і пізнавально.

- Розповідайте дитині, що ви робите, і покажуйте, що знаходите під час чищення її зубів.
- Такий підхід підготує дитину до відвідування стоматологічного кабінету.
- Дозвольте дитині потримати таймер під час чищення зубів, щоб вона почувалася частиною процесу.
- Під час чищення зубів тримайте щітку разом із дитиною, щоб вона могла відчути рухи та краще зрозуміти техніку.
- Запропонуйте дитині потренуватися чистити зуби улюбленій іграшковій тварині.



Техніка використання зубної нитки для дітей

- Коли зуби починають стикатися, залишки їжі між ними стає важче видалити. У таких випадках використання зубної нитки є настільки ж важливим, як і чищення зубів.
- Починайте користуватися зубною ниткою, коли помітите, що зуби стикаються. Зазвичай усі молочні зуби з'являються у віці 2–3 років. На графіку нижче показано, коли зуби з'являються та випадають.

Акуратно проведіть зубну нитку між зубами, виконуючи рухи, схожі на гойдалки. Коли пройдете точку контакту (де зуби торкаються), створіть С-подібну форму, обхопивши зуб, і рухайте ниткою вгору та вниз, поки поверхня не стане чистою.



- На малюнку нижче зелена стрілка вказує на вузький проміжок між молочними зубами. Це ділянка, яку необхідно очищати зубною ниткою щодня, оскільки лише чищення щіткою не видалить залишки їжі, що застрягли між зубами.
- Використання спеціальних дитячих ниток на тримачах може бути зручним і веселим для дітей!



Верхні зуби	Прорізання	Випадання
Центральний різець	8-12 міс.	6-7 років
Бічний різець	9-13 міс.	7-8 років
Ікло	16-22 міс.	10-12 років
Перший моляр	13-19 міс.	9-11 років
Другий моляр	25-33 міс.	10-12 років
Нижні зуби	Поява	Випадання
Другий моляр	23-31 міс.	10-12 років
Перший моляр	14-18 міс.	9-11 років
Ікло	17-23 міс.	9-12 років
Бічний різець	10-16 міс.	7-8 років
Центральний різець	6-10 міс.	6-7 років