

Молочные зубы: лечить или не лечить?

Многие родители сомневаются в необходимости лечения временных зубов. Обусловлено это недостатком информации и частыми отказами детских отделений районных стоматологических поликлиник решать подобные проблемы. Между тем *лечение и сохранение молочных зубов — необходимое условие нормального формирования зубочелюстной системы.*

Первый молочный зуб появляется у ребенка в 6 месяцев, а последний выпадает в 12—13 лет. В течение продолжительного времени ребенок пользуется этими зубами, соответственно, раннее удаление молочных зубов приводит к нарушению жевательной функции.

ВИДЫ ЗУБОВ



Резцы — тонкие и острые зубы, используются для разгрызания пищи, деления ее на куски.



Клыки — заостренные зубы, служат для удержания и разрывания пищи.



Малые коренные постоянные зубы на жевательной поверхности имеют два бугорка и обеспечивают размельчение и раздробление пищи.



Малые коренные молочные зубы — широкие и плоские; наличие на их жевательной поверхности от 3 до 5 бугорков способствует растиранию пищи.



Большие коренные постоянные зубы — широкие и плоские; наличие на их жевательной поверхности от 3 до 5 бугорков способствует растиранию пищи.

При отсутствии лечения и неправильном уходе молочные зубы, так же как и постоянные, могут болеть, реагировать на холодные и горячие раздражители. Это приводит к нарушению питания ребенка, лишает его полноценного сна, отрицательно сказывается на общем состоянии и эмоциональном настрое.

Если молочный зуб не здоров, то микробная инфекция быстро распространяется на зачаток постоянного зуба и может сильно его повредить.

Нелеченый кариес, пульпит, пародонтит и другие воспалительные процессы в зубочелюстной системе — очаги хронической инфекции, ослабляющие защитные силы организма, понижающие сопротивляемость вредным факторам окружающей среды.



Преждевременная потеря молочных зубов приводит к формированию неправильного прикуса. Молочные зубы должны по возможности сохраняться в полости рта, потому что от их наличия зависят время прорезывания постоянных зубов и правильное развитие челюсти. Если временные зубы выпадают в срок, то им на смену вовремя и в нужном месте встают постоянные зубы. Когда удалено много молочных зубов, то постоянные зубы могут вырасти преждевременно и несимметрично. Таким образом, *молочные зубы очень важны для предупреждения развития зубочелюстных деформаций, патологии прикуса.*

Гигиена полости рта

Первым средством гигиены является кипяченая вода, которую нужно давать ребенку после каждого кормления. Воду нельзя подслащивать. ***Никогда не облизывайте соску малыша и его ложку.*** В полости рта любого человека имеются микроорганизмы, в том числе и болезнетворные.

Во время прорезывания зубов после консультации педиатра используйте детские гели или мази для десен с обезболивающим эффектом и специальные зубные кольца. Ни в коем случае ***не оставляйте соску во рту малыша во время сна.*** Если ребенок заснул с пустышкой во рту, ее следует осторожно вытащить.

Уже первый прорезавшийся зуб нуждается в уходе. Дважды в день зубы нужно протирать ватным тампоном, смоченным в кипяченой воде. Дважды в неделю для очищения зубов можно использовать слабый раствор соды (1 кофейная ложка на стакан кипяченой воды).



С 1,5—2 лет нужно приучать ребенка самостоятельно чистить зубы. Зубная щетка для детей раннего возраста должна быть специальной: маленькой и с мягкой щетиной. **Используйте детскую щетку, рассчитанную на соответствующий возраст.** Приобретите ее совместно с ребенком — пусть он ее выберет сам. Каждые три месяца зубную щетку нужно менять. До двух лет зубы детям следует чистить смоченной водой щеткой, а после двух — со специальной пастой для детей до 6—7 лет. Связано это с тем, что дети часто глотают пасту, и поэтому в ней не должно содержаться фтора и других вредных и несъедобных элементов. К тому же детская зубная эмаль очень нежная, поэтому пасты должны быть не абразивными, а на гелевой основе. **Будьте внимательны и следите за сроком годности зубной пасты!** Специальные детские пасты часто содержат особые ферменты, эффективность которых снижается, если паста просрочена. Необходимо наносить на щетку маленькое количество пасты (величиной с небольшую горошину). К трем годам чистка зубов должна стать для малыша обязательной привычной процедурой. Не следует рассчитывать на то, что ребенок до 5 лет будет хорошо чистить зубы, но вы всегда можете ему помочь, а заодно и проверить состояние зубов. Труднодоступные места можно дочистить ватной палочкой с нанесенной на нее пастой.

Нередко дети отказываются чистить зубы. В этом случае необходимо найти к ребенку игровой подход и обязательно убедить его ежедневно чистить зубы.

Для формирования гигиенических навыков очень важен пример родителей. Приучая ребенка чистить зубы, необходимо сказать ему, что он уже большой и может делать это, как мама с папой.

В 6—7 лет у ребенка начинается смена временных (молочных) зубов на постоянные. В этом возрасте ребенку следует покупать детскую зубную пасту для детей после 6 лет. По составу она приближена к взрослой пасте, но отличается пониженной абразивностью, что предотвращает травмирование тонкой эмали недавно прорезавшихся зубов. В этот возрастной период следует приучать ребенка пользоваться зубной нитью (флоссом). Нить вычищает остатки пищи из межзубных промежутков — именно там чаще всего и образуется кариес.

Зубы следует чистить дважды в день: утром — после завтрака, вечером — перед сном. Этот процесс должен длиться 2—2,5 минуты. Меньшее время недостаточно для тщательной очистки зубов, большая длительность приводит к повреждению десен и эмали зубов. К таким же последствиям приводит неправильная техника чистки зубов.

Как правильно чистить зубы

Чистка зубов производится при несомкнутых зубах. Используют *вертикальные* (подметающие), *горизонтальные* (возвратно-поступательные) и *круговые* (массирующие) *движения*.

Процесс чистки зубов и десен начинают с наружной поверхности верхних правых коренных зубов. Последовательно проводят чистку зубов верхней, а затем нижней челюсти. При чистке наружных поверхностей зубов верхней и нижней челюстей щетка устанавливается под углом 45° по отношению к поверхности зуба, щетинки щетки должны быть направлены к деснам (рис. 1). Вертикальными подметающими движениями вниз — для верхней челюсти (рис. 2) — и вверх — для нижней челюсти (рис. 3) — зубной налет удаляется одновременно и с десен. На каждом отрезке делают 10—20 движений щеткой.

Внутренние поверхности зубов чистят также вертикальными подметающими движениями: сверху вниз на верхней челюсти, снизу вверх — на нижней. В районе коренных зубов щетка располагается горизонтально (рис. 4). При чистке внутренних поверхностей верхних и нижних передних зубов щетка должна располагаться вертикально, щетинки щетки должны захватывать край десны. Движениями щетки вниз на верхней челюсти (рис. 5) и вверх на нижней (рис. 6) очищают не только зубы, но и десны.

Жевательные поверхности коренных зубов верхней и нижней челюстей очищают горизонтальными возвратно-поступательными движениями (рис. 7).

Заканчивают чистку круговыми массирующими движениями, причем давление на щетку оказывают тогда, когда она, проходя от десны, трет по зубу (рис. 8). Встречный полукруг выполняют без давления для возврата щетки в исходное положение. После этого зубную щетку передвигают на один участок вперед и всю комбинацию движений повторяют.

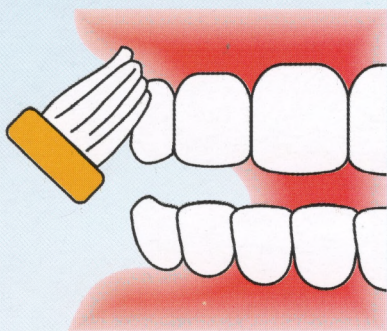


Рис. 1

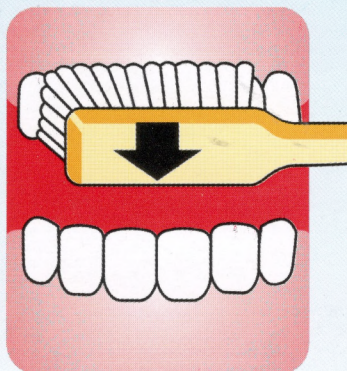


Рис. 2

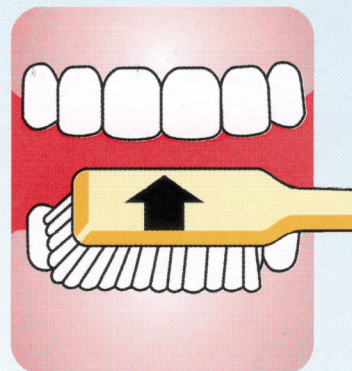


Рис. 3

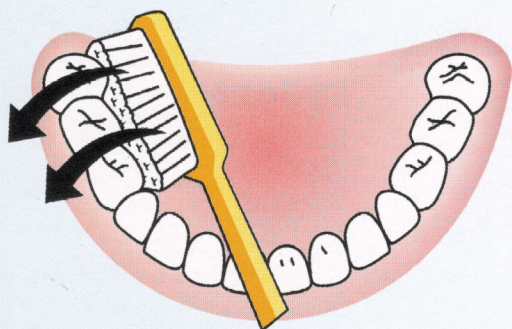


Рис. 4

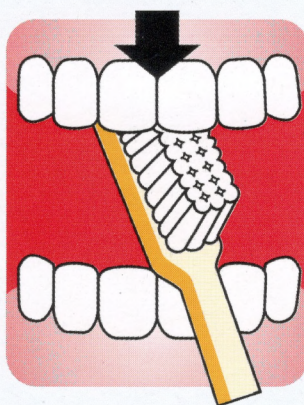


Рис. 5

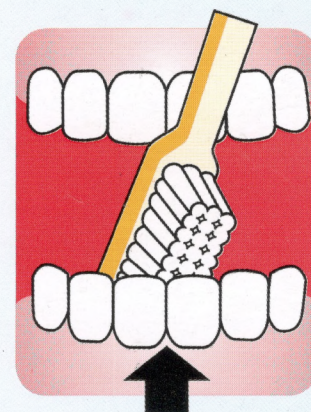


Рис. 6

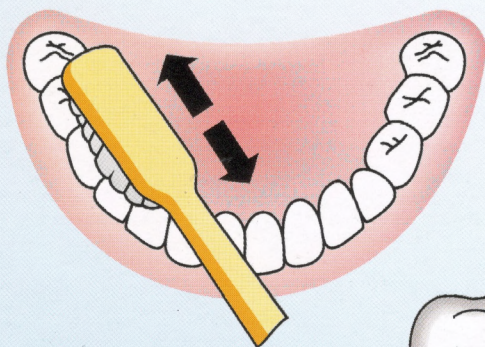


Рис. 7

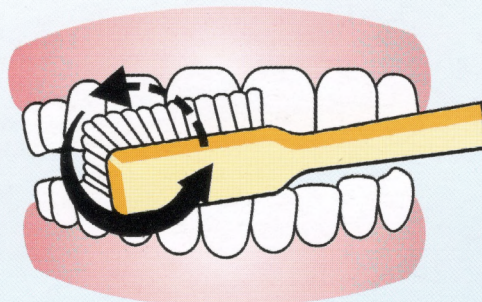


Рис. 8

Задача родителей — научить ребенка правильно чистить зубы, не травмируя при этом десны.

Сначала ребенок должен освоить вертикальные подметающие движения и понять принцип: на верхней челюсти — движения щетки сверху вниз, на нижней челюсти — снизу вверх.

Следующий этап — горизонтальные возвратно-поступательные движения. Самые сложные — круговые движения — дети могут освоить в возрасте старше 5 лет.