



КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЫМИ МОЛОЧНЫЕ ЗУБЫ?

Почему молочные зубы так важны?

Дети с кариесом молочных зубов более склонны к кариесу постоянных зубов.

Они помогают жевать полезные, хрустящие продукты.

Они обеспечивают во рту пространство для постоянных зубов, которые растут под деснами.

Если ребенок теряет зуб слишком рано, другие зубы могут смещаться в освободившееся пространство и затруднять рост постоянных зубов. Это может стать причиной кривых и скученных зубов.

Потому что кариес — это больно!

Благодарим за поддержку наших спонсоров: Фонд помощи Колорадо, Фонд здравоохранения Колорадо; Траст Колорадо; Фонд Колорадо «Дельта Дентал»; «Кайзер Перманенте»; Фонд «Роуз комьюнити».

Этот проект был поддержан Управлением здравоохранения и медицинского обслуживания (HRSA) при Министерстве здравоохранения и социальных служб США (HHS), номер гранта: H47MC28479. Информация/содержание и выводы принадлежат автору и не должны быть истолкованы как официальная позиция или политика HRSA, HHS или Правительства США. Также не следует считать, что выводы автора подтверждаются указанными организациями.



Получите больше информации от вашего поставщика медицинской или стоматологической продукции о фтористом лаке, которым можно покрыть зубы для укрепления зубной эмали.



ЗДОРОВЬЕ ПОЛОСТИ РТА ВАШЕГО РЕБЕНКА



Издание 2016 года

Этот ресурс принадлежит Департаменту общественного здравоохранения и окружающей среды Колорадо (CDPHE) и не должен быть изменен.



ДО ПОЯВЛЕНИЯ ЗУБОВ У РЕБЕНКА

Что я могу сделать для здоровой улыбки своего малыша?

Правильный уход за полостью рта начинается еще до появления у вашего ребенка первых зубов. Вы можете уберечь ребенка от бактерий, которые вызывают кариес.

Грудное вскармливание — лучше всего. Дети, которых кормили грудью, имеют более здоровые зубы.

Если ваш ребенок пьет из бутылочки, наливайте в нее только молоко, детское питание или воду.

Не позволяйте ребенку засыпать с бутылочкой.

Поддерживайте здоровье своих зубов. Вы можете передать ребенку бактерии, вызывающие кариес, например, пользуясь одной ложкой или облизывая соску ребенка.

Запишите ребенка на первый прием к стоматологу до первого дня рождения.



КОГДА У РЕБЕНКА УЖЕ ЕСТЬ ЗУБЫ

Как ухаживать за зубами ребенка?

Как только у вашего малыша появились зубы, их необходимо чистить дважды в день, утром и перед сном, зубной щеткой с мягкой щетиной.

Размер шарика зубной пасты с фтором должен быть не больше рисового зерна. Когда ребенок научится выплевывать пасту, используйте количество размером с горошину.

Помогайте ребенку чистить зубы.

Выбирайте еду и напитки с низким содержанием добавленного сахара. Сок и газированные напитки содержат сахар.

Когда вашему ребенку исполнится один год, переходите от бутылочки к обычной чашке.

Давайте ребенку запивать еду молоком. Давайте пить воду между приемами пищи.

Планируйте перекусы между приемами пищи, чтобы избежать перекусывания в течение всего дня.

ФТОР

Что делает фтор и почему он так важен?



Фтор укрепляет зубы и предотвращает возникновение кариеса.



Употребление питьевой воды с фтором уменьшает риск возникновения кариеса на 25 %.



Спросите своего врача о фторидных добавках, если вода, которую вы пьете, не содержит фтор.