

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ПРОФИЛАКТИКЕ КАРИЕСА У ДЕТЕЙ



Рекомендации детских врачей-
стоматологов клиники
«Мегадента Клиник»

От рождения до совершеннолетия: как сохранить здоровье зубов вашего ребенка

Каждый родитель стремится обеспечить своему ребенку наилучший уход, но иногда недостаток информации приводит к ошибкам. Наши специалисты разработали подробное руководство по ключевым этапам развития зубов, чтобы помочь вам защитить улыбку вашего малыша на долгие годы.

**0-1
ГОД**

**Первый визит
к стоматологу**

Оптимальное время для первого посещения стоматолога — до достижения ребенком 1 месяца, но не позднее 3 месяцев. Цель визита — оценка длины уздечки языка и пальпация нёба.

Почему это важно?
Короткая уздечка языка может затруднять грудное вскармливание, что напрямую влияет на рост и набор веса младенца. Своевременная диагностика позволяет решить эту проблему быстро и безболезненно.



Признаки короткой уздечки языка:

- Беспокойство при кормлении.
- Чрезмерное заглатывание воздуха.
- Трудности с захватом соска и ареолы.
- Раздвоенный кончик языка.
- Ограниченная подвижность языка.
- Невозможность достать языком до нёба.



Коррекция уздечки: почему раньше лучше?

До 3 месяцев процедура подрезания уздечки занимает всего минуту и проходит практически бескровно. После этого возраста в уздечке формируются кровеносные сосуды и нервные окончания, что усложняет операцию.

Процедура коррекции:

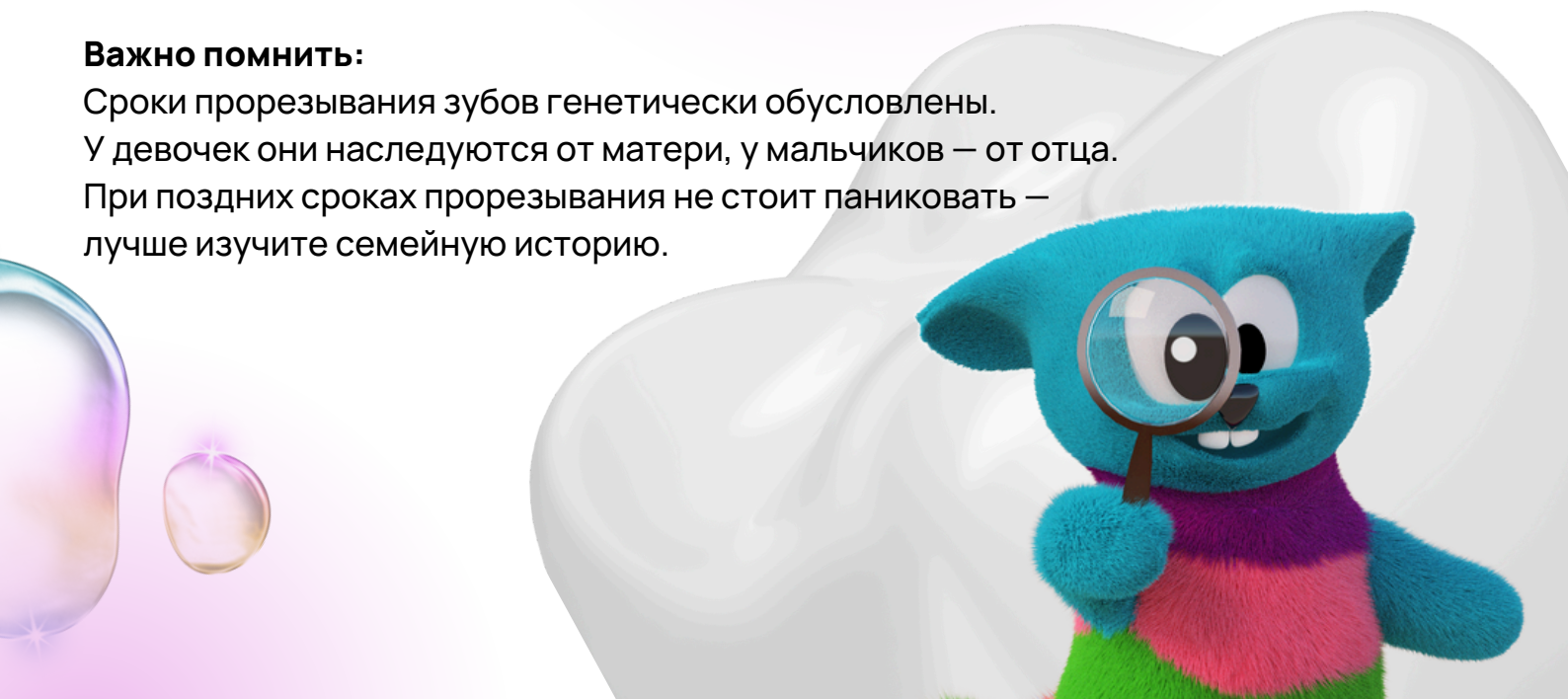
Хирург-стоматолог аккуратно подрезает тонкую пленку под языком специальными ножницами, что позволяет уздечке расслабиться и растянуться. После процедуры мама может сразу же покормить ребенка грудью.

Прорезывание первых зубов

В среднем, первый зуб появляется в 6-10 месяцев. На этом этапе наши стоматологи дают рекомендации по домашней гигиене полости рта и питанию.

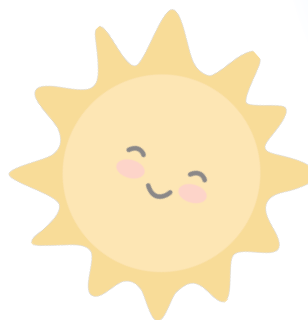
Важно помнить:

Сроки прорезывания зубов генетически обусловлены. У девочек они наследуются от матери, у мальчиков — от отца. При поздних сроках прорезывания не стоит паниковать — лучше изучите семейную историю.



Факторы, влияющие на прорезывание зубов:

1. Генетическая предрасположенность.
2. Уровень витамина D в организме.



Если у вашего ребенка наблюдается задержка прорезывания зубов, рекомендуется проверить уровень витамина D в крови. Часто его дефицит может быть причиной задержки, и назначение терапевтической дозы витамина D может ускорить процесс.

Уход за первыми зубами

С появлением первого зуба начинайте регулярную чистку:

1. Используйте мягкую зубную щетку, подходящую по возрасту.
2. Выбирайте укрепляющую зубную пасту.
3. Не пренебрегайте монопучком, зубной нитью или флоссом.

Внимание:

Силиконовые напальчники подходят только для массажа десен, но не для чистки зубов.



3-6 лет

мегадента
ДЕТИ

Профилактика контактного кариеса

В возрасте 3-6 лет наиболее распространен контактный кариес – поражение между зубами. Для его предотвращения необходимо ввести в ежедневный обиход ребёнка использование флосса или зубной нити.



Выбор зубной пасты: за рамками маркетинга

При выборе зубной пасты важно обращать внимание на состав, активные компоненты и уровень абразивности, а не на возрастную маркировку на упаковке. Часто это всего лишь маркетинговый ход.



Укрепление постоянных зубов

6-12 лет



6-12 лет начинают прорезываться постоянные зубы. Наша задача – создать оптимальные условия для их созревания: Обеспечить качественную гигиену. Ограничить потребление кариесогенных продуктов. Восполнить возможные дефициты микроэлементов

Формирование правильного прикуса

В этом возрасте рекомендуется посетить ортодонта для оценки формирования прикуса.

Герметизация фиссур

Герметизация фиссур у детей - важная профилактическая мера против кариеса. Она защищает естественные углубления на зубах, где часто скапливаются бактерии и остатки пищи. Эта безболезненная процедура создает защитный барьер, упрощает гигиену и снижает риск кариеса в период, когда детские зубы наиболее уязвимы к его развитию.



12-18 лет


мегадента
ДЕТИ

Почему молодые зубы уязвимы?

Зубы прорезываются недоминерализованными (60-80% от нормы). Дальнейшая минерализация происходит уже в полости рта за счет минералов из слюны. Поэтому так важно обеспечить правильное питание, богатое кальцием и фосфором.

Контроль гигиены у подростков

В 12-18 лет необходимо усилить контроль за качеством гигиены полости рта. Используйте индикаторы зубного налета или зубные пасты с индикаторами. Это особенно важно при ношении ортодонтических конструкций.

Формирование правильных привычек

С раннего возраста приучайте детей к регулярным визитам к стоматологу. Это поможет сформировать позитивное отношение к уходу за зубами и предотвратить развитие страха перед стоматологическими процедурами.



Заключение

Здоровье зубов вашего ребенка начинается с правильной домашней гигиены. Подберите эффективные средства, учитывая индивидуальные особенности ребенка, регион проживания и ваши финансовые возможности.

Помните: эффективная гигиена не обязательно должна быть дорогой. Главное – правильный подход и регулярность. Инвестируйте время в изучение принципов правильного ухода за зубами, и вы сможете обеспечить здоровье улыбки вашего ребенка на долгие годы.