

Презентация на тему:

Гигиена полости рта

# Содержание:

- *Строение зуба*
- *Как появляется кариес зубов?*
- *Как правильно чистить зубы?*
- *Зубные нити и эликсир.*
- *Как чистить зубы флоссом?*

# Ротовая полость

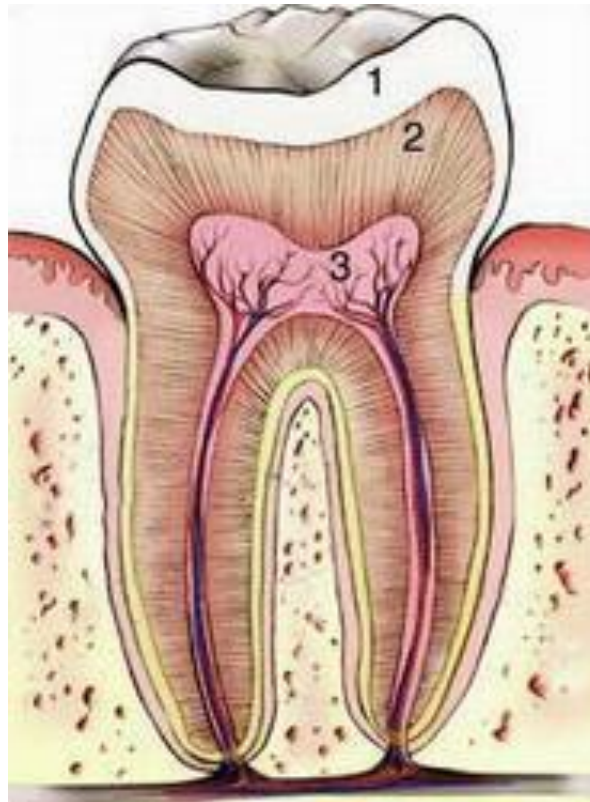
Ротовая полость — начальный отдел пищеварительного тракта; спереди открывается ротовой щелью, сзади сообщается с глоткой. Ротовая полость образована челюстями

Ротовая полость — начальный отдел пищеварительного тракта; спереди открывается ротовой щелью, сзади сообщается с глоткой. Ротовая полость образована челюстями , в ней находится язык

Ротовая полость — начальный отдел пищеварительного тракта; спереди открывается ротовой щелью, сзади сообщается с глоткой. Ротовая полость

# СТРОЕНИЕ ЗУБА

**Зуб состоит из эмали(1) и дентина(2) - это плотные минерализованные ткани, в большом количестве содержащие кальций в виде кристаллов гидроксиапатитов, внутри этих плотных тканей проходят сосуды и нервы - это мягкая ткань(3).**



**Эмаль** - самая твердая ткань человеческого организма, на 95% состоящая из минералов. Это поверхностный слой зуба, покрывающий ту часть зуба, которая находится над уровнем десны. Основную же массу коронки и корня составляет дентин. Дентин - это менее минерализованная ткань (количество минералов - гидроксиапатитов не превышает 70%), а значит менее плотная ткань.



# ***Кариес зубов***

***Кариес*** - полость в зубе, которая образуется в результате воздействия кислот, вырабатываемых бактериями полости рта.



# ***Как появляется кариес зубов?***

**Кариес** возникает под действием кислот, которые растворяют минеральную структуру зуба (этот процесс называется деминерализацией), с образованием полости. Кислота образуется в результате жизнедеятельности микробов полости рта. Бактерии, получая в качестве пищи легкоусваиваемые углеводы (сахарозу, глюкозу, фруктозу) перерабатывают их и в качестве отходов выделяют кислоту (в частности молочную).

Употребляя в пищу сладкие продукты (конфеты, соки и фрукты), мы одновременно кормим и наши бактерии, которые начинают вырабатывать кислоту и вести разрушительные процессы. Большинство микробов содержится в зубном налете.

**Зубной налет** - это липкая тонкая пленка, расположенная на поверхности зуба, состоящая в основном из микробов.

# Схема «Появление кариеса зубов»





**Зубной налет обычно скапливается в тех местах, где ему легче закрепиться. Таким образом излюбленная локализация кариеса:**

1. В фиссурах.



2. Между зубами.



3. Кариес корня.



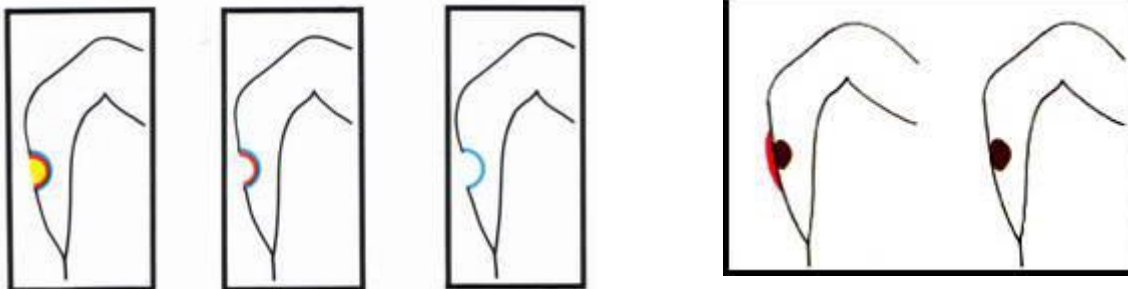
## **КАРИЕС МЕЖДУ ЗУБАМИ**

*Контактные поверхности зубов больше подвержены риску развития кариеса.*



*При приеме пищи в межзубных промежутках скапливаются остатки пищи. А мы знаем, что бактерии, получая в качестве пищи сахара, перерабатывают их и в качестве отходов выделяют кислоту, которая легко проникает в эмаль зуба и образуется кариес.*

*Контактные поверхности зубов невозможно избавить от налета полностью, из-за их труднодоступности. Щетинки зубной щетки не могут добраться до контактных поверхностей*



# Кариес корня

Эмаль самая твердая ткань организма, но она покрывает зуб только до уровня десны.



Остальная часть зуба - его корень, не покрыт эмалью, а состоит из дентина и цемента.

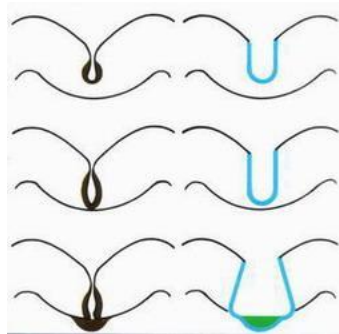


Эти ткани по своей природе содержат меньше минералов, чем эмаль, поэтому они более подвержены кариесу. По ряду причин десна может отойти от зуба (рецессия десны) и поверхность корня оголится. Обнаженная поверхность корня легче поражается кариесом, т.к. она намного "мягче" эмали и скопившийся налет в этом месте трудно очищать.

## Кариес на жевательной поверхности зубов

*На жевательной поверхности задних зубов, между буграми, расположены бороздки и канавки - фиссуры. Фиссуры могут быть узкими и достаточно глубокими.*

*Глубокие фиссуры создают бактериям полости рта хорошие условия для того, чтобы закрепиться. Бактерии, получая в качестве пищи сахара, размножаются и закрепляются как клейкая масса, образуя зубной налёт. Эти бактерии и производят вредные для зубов кислоты, которые слюна уже не может вымывать. Кислота легко проникает в эмаль зуба и образуется кариес.*



# Как правильно чистить зубы?

Главными виновниками в образовании кариеса являются остатки пищи и зубной налет. Для предотвращения кариеса и заболеваний десен важно удалить из полости рта зубной налет и остатки пищи с помощью:

- зубной щетки
- зубной пасты
- зубной нити (флосса)
- зубного эликсира



# Чистить зубы нужно:

- Утром после завтрака.
- Перед сном, после последнего приема пищи.

1. Перед чисткой зубную щетку обязательно нужно помыть.
2. На щетку наносится небольшое количество пасты.
3. Расположите головку зубной щетки под углом 45 градусов к линии десны. Делайте короткие круговые движения по направлению от десны к режущему краю. Тщательно чистите каждый зуб.
4. Чистка внутренней поверхности каждого зуба круговыми движениями. Щетка ставится перпендикулярно режущим краям.



5. *Круговыми движениями чистите внешние поверхности зубов.*
6. *Движениями вперед-назад очистите жевательные поверхности верхних и нижних моляров*



7. *Завершите чистку массажем десен - при закрытом рте щеткой совершите круговые движения с захватом зубов и десен.*

8. *Почистите язык.*

*Для чистки языка используйте скребок для языка. Начинайте чистку языка с задней части и постепенно направляйтесь к передней поверхности.*

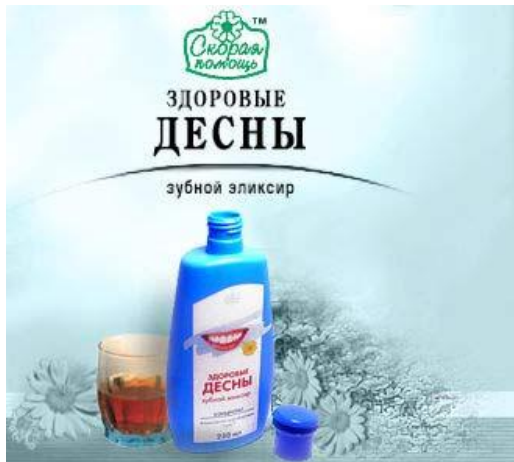


9. *Помойте щетку и поставьте в стакан щетиной вверх.*

**Зубные нити (флоссы)** предназначены для тщательного удаления зубного налета и остатков пищи из промежутков между зубами.. Так как при чистке зубов щеткой налет из межзубных промежутков не удаляется полностью, то чистка зубов флоссом является необходимым дополнением. Поэтому чистить зубы флоссом рекомендуется после каждого приема пищи и чистки зубов.

**Зубные эликсиры** улучшают очищение поверхностей зубов, предупреждают образование зубного налета, дезодорируют полость рта. Они представляют собой однородную прозрачную жидкость, содержащую биологически активные компоненты, имеют определенный запах и цвет

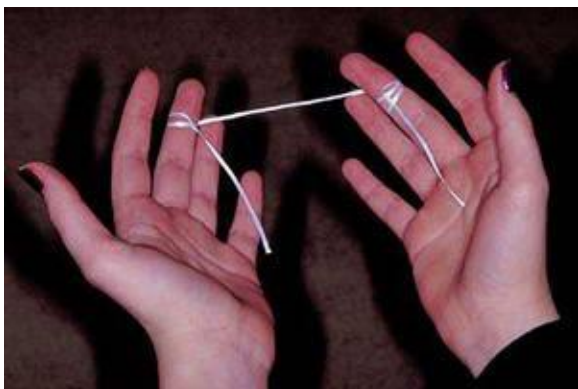
Чтобы достичь успеха при использовании жидких очистителей, прежде чем прополоскать рот очистителем, нужно тщательно удалять налет чисткой зубов щеткой, нитью и выскребанием языка. После полоскания рта, очиститель нужно немедленно выплюнуть.





## КАК ЧИСТИТЬ ЗУБЫ ФЛОССОМ

1. Из кассеты вытягивается 30-40 см флосса.
2. Большая часть флосса наматывается на средний палец левой руки.
3. Оставшаяся часть флосса наматывается на средний палец правой руки так, чтобы промежуток нити между пальцами был длиной около 10 см.
4. Флосс натягивают указательными и большими пальцами и осторожно вводят в промежуток между зубами.
5. Чистится поверхность зуба движениями по направлению к режущему краю (жевательной поверхности) зуба.
6. После этого флосс выводится из под десны, но не вынимается из межзубного промежутка.
7. Таким же образом чистится поверхность соседнего зуба.
8. По окончании чистки флосс выводится из промежутка между зубами.
9. Процедура повторяется на всех зубах



*У волчонка зуб заныл, он пошел к врачу  
В кресло сел, но вдруг вскочил с криком: - Не хочу!  
Зарычал и сгоряча чуть не укусил врача!  
Бегать стал от докторов и остался без зубов!  
Трудно волчонку добычу ловить,  
Что ж, надо вовремя зубы лечить!  
И при лечении уметь потерпеть,  
Чтобы здоровые зубы иметь !!!*

## Совет врача – стоматолога:



### Что делать, чтобы у ребенка были здоровые зубы?

1. Соблюдать режим, больше бывать с ним на свежем воздухе, заниматься физкультурой, закаливанием.
2. Правильное питание: ежедневно ребенок должен получать молоко или молочнокислые продукты, мясо, рыбу, черный хлеб, разнообразные овощи и фрукты во все сезоны года. Приучать детей к твердой пище: это укрепляет десна и зубы.
3. Привычку полоскать рот после еды и чистить зубы утром и вечером надо прививать у детей с 2-3 лет.
4. Не реже 2 раз в год надо посещать с ребенком стоматолога.

### Содержите в чистоте зубную щетку.

Если все зубные щетки членов вашей семьи находятся в одном держателе, защитите себя, замачивая щетку в дезинфицирующем растворе, чтобы убить микробов. И обязательно выкидывайте старую, потрепанную зубную щетку, как только она утратит свои качества (каждые 3-6 месяцев или как только щетинки начнут отгибаться). Если вы храните эти щетки, они могут стать питательной почвой для бактерий.

# **«Здоровые зубы – здоровью любви»**

