



**МБОУ СОШ с. Паниковец
Задонского района
Липецкой области**

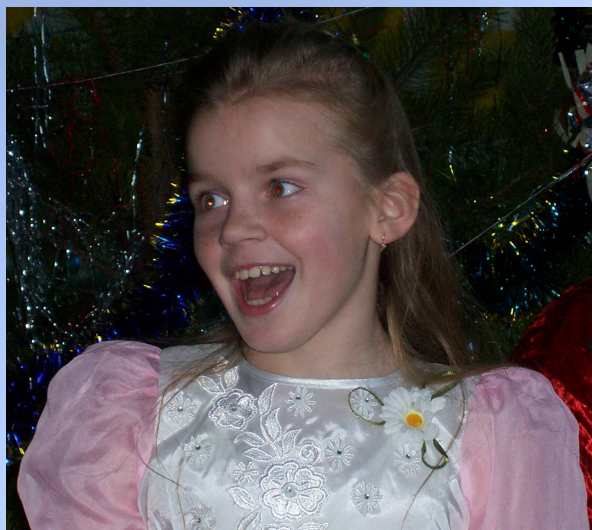


Чтобы зубы не болели



**МБОУ СОШ с. Паниковец
Задонского района
Липецкой области**

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА



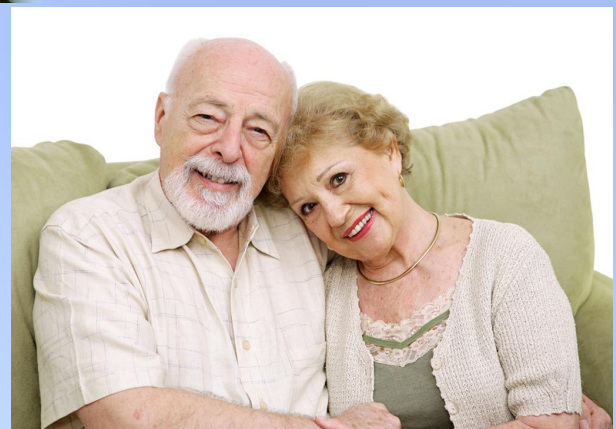
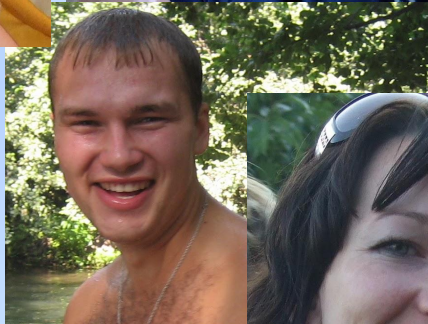
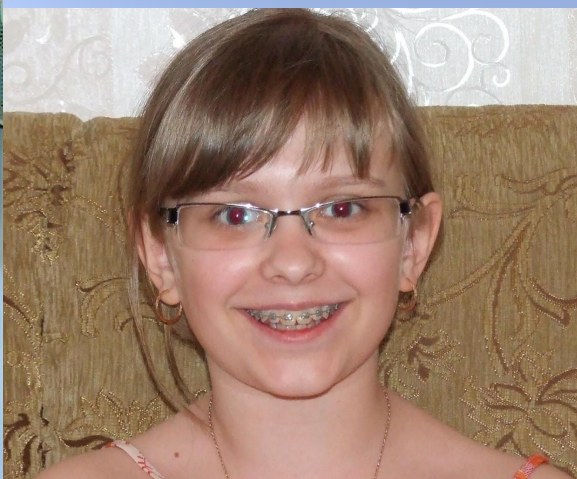
Выполнила:
Селивёрстова Ирина 3 з класс
Руководитель:
Татаринцева О.Д.

**с. Ольшанец
2012 год**

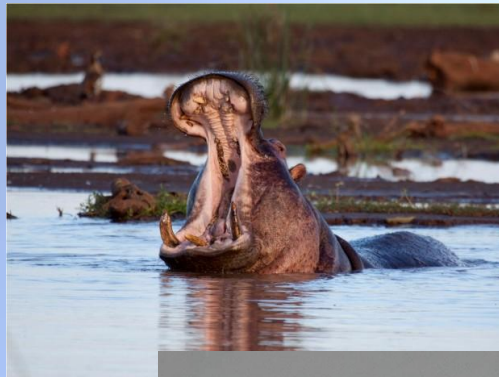
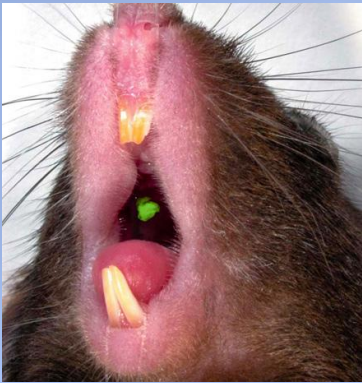
Береги платье снову,



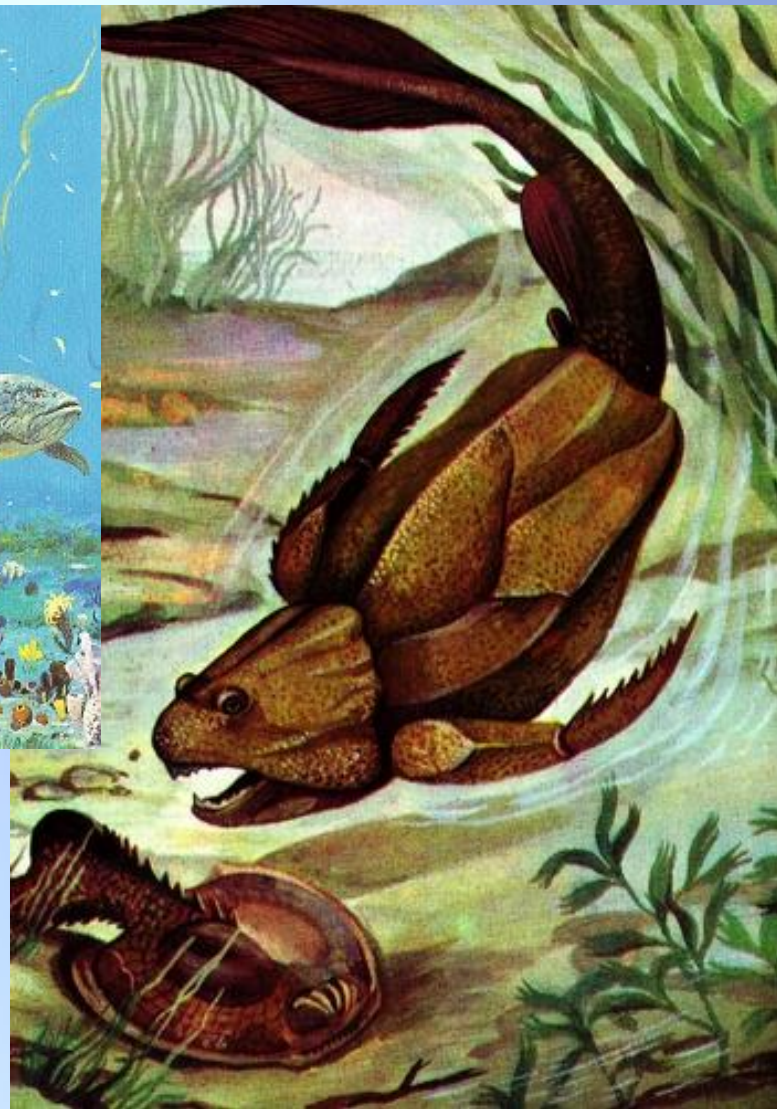
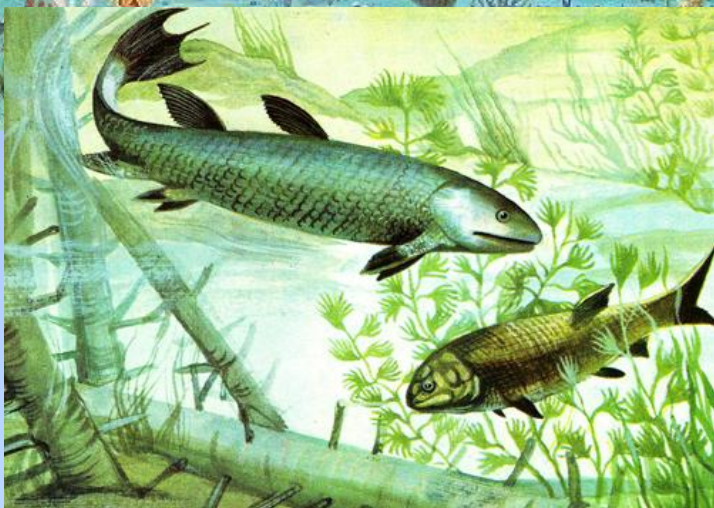
и зубы смолоду.



У всех существ на земле есть зубы



Человеческие зубы – это не что иное, как трансформированная рыбья чешуя!



Смена зубов у человека – естественный процесс



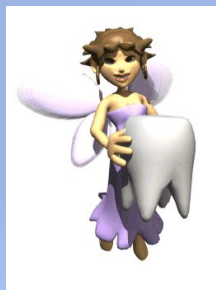
Герои легенд, связанных с зубами.



Зубная Фея



Мышонок Перес



Чёрная птица



Они – японское чудовище

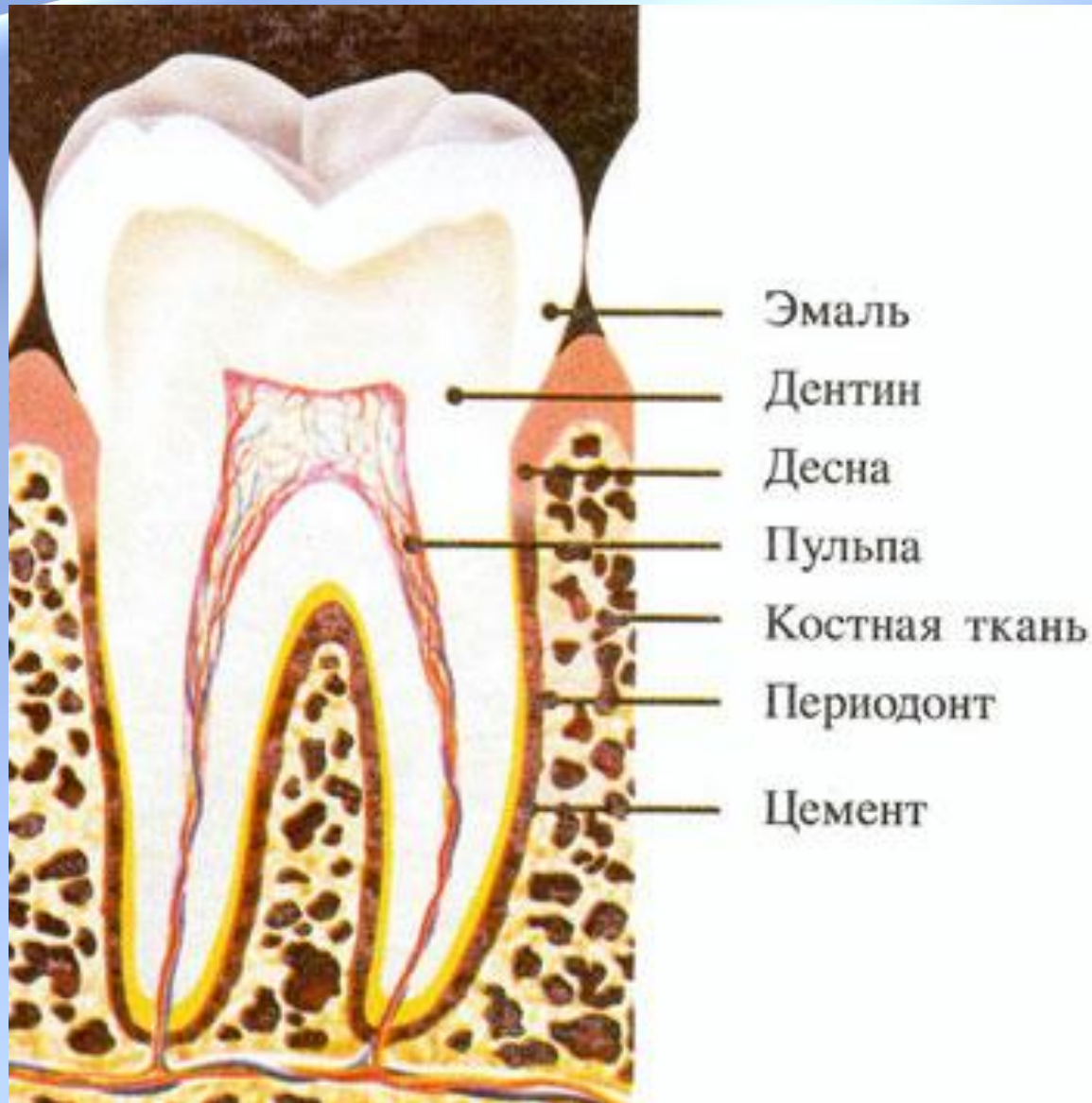


Амулет из зубов

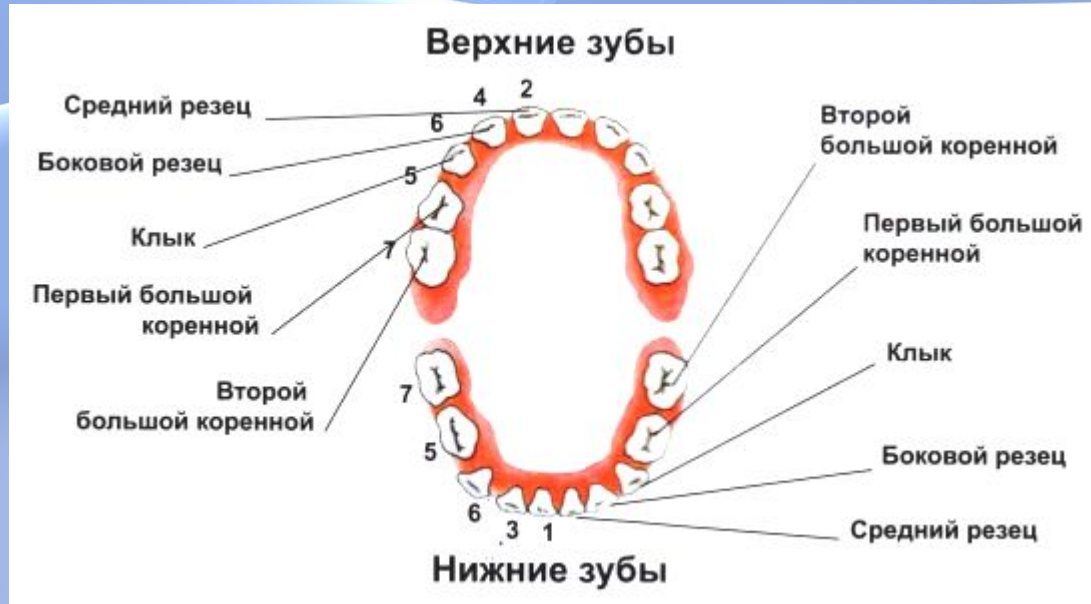


Оберег-кулон «Клык кабана»

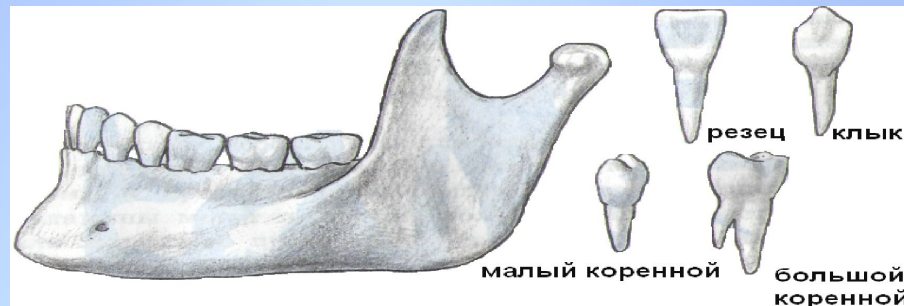
СТРОЕНИЕ ЗУБА



ВИДЫ ЗУБОВ



Резцы, которые находятся в центре, кусают пищу. **Клыки**, которые располагаются по обеим сторонам от резцов, растирают пищу. **Малые коренные зубы**, которые помещаются сразу за клыками, растирают и измельчают пищу. **Большие коренные зубы** в задней части рта перемалывают пищу.



ЗАБОЛЕЛИ ЗУБЫ?



ПРИЧИНЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЗУБОВ



Зубы могут заболеть оттого, что между ними задерживаются и загнивают остатки пищи!



Апельсиновый сок портит эмаль зубов.



Белое вино разрушает зубы



Курение опасно для зубов

Люди, забывающие чистить зубы два раза в день, подвергают себя риску



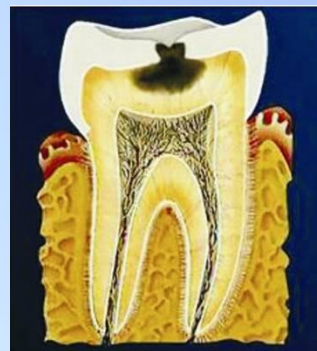
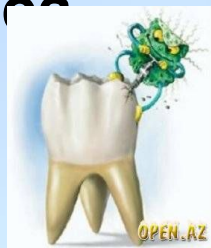
Продукты, вредные для зубов.



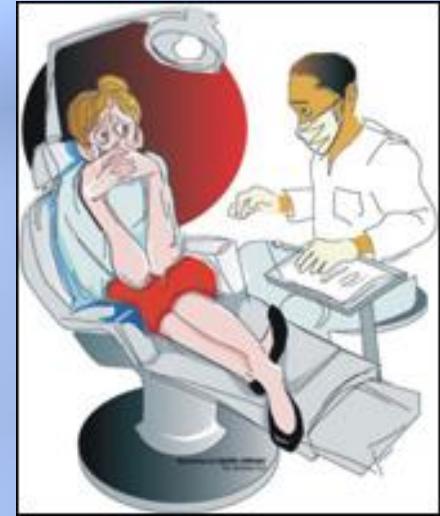
Кариес – болезнь нашего времени!



Образование кариеса

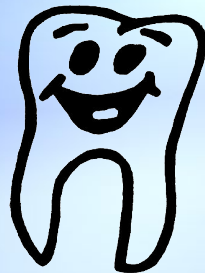


Формула кариеса



зубной налёт + сахар = кислота
кислота + эмаль зуба = кариес

ПАРОДОНТИТ. ГИНГИВИТ.



Пародонтит – воспалительное заболевание тканей, окружающих зуб.



Гингивит- это воспаление дёсен, сопровождаемое отёком, покраснением и кровоточивостью.

Чтобы не болели зубы и не воспалялись дёсны, нужно правильно питаться

Сырые жёсткие овощи (морковь, огурцы) и твёрдые фрукты (яблоки, груши) хорошо очищают зубы от прилипших кусочков пищи и укрепляют дёсны.



Лук и чеснок уничтожают гнилостные бактерии в полости рта.



Свежие овощи, фрукты и ягоды содержат много витаминов, необходимых для организма человека.



Как правильно чистить зубы.



Начните чистку с нижней челюсти - с внутренней (язычной) поверхности зубов, затем переходите к верхней челюсти. Перемещайте щётку от крайних зубов к центру и далее к другому краю. Каждый участок зубного ряда требует 10-15 движений щёткой.

Теперь приступите к чистке внешней (щёчной) поверхности зубов. Щетина обычной зубной щётки может захватить 3-4 зуба. Чтобы очистить каждый такой участок, делайте в среднем по 10 движений вверх-вниз.





Теперь нужно почистить жевательную поверхность зубов. Тут уже можно делать движения вдоль зубного ряда, только не надо сильно увлекаться – оттого, что вы сильно будете нажимать на щётку, чистка эффективнее не станет. Нужно сделать 10-15 движений с каждой стороны изо рта наружу (вперёд-назад).

В завершение можно сделать несколько круговых движений щёткой по внешней поверхности зубов.



Очистка промежутков между зубами специальной зубной нитью. Нить наматывают на кончики средних пальцев и тщательно чистят промежутки движениями вверх-вниз.

Предметы для ухода за зубами.



Улыбайтесь на здоровье

