



Научный проект: *Зачем чистить зубы?*

Бичан Мирослава 3 «Ф» класс МОУ СОШ № 23

Руководитель: Т.П.Бурковская

г. Комсомольск-на-Амуре

2018 г

Актуальность проблемы

- Данный проект является актуальным, т.к. именно в начальной школе происходит смена молочных зубов на постоянные, а многие детки не могут и не умеют правильно ухаживать за своими зубами, в результате чего возникает ряд опасных заболеваний ротовой полости.
- В настоящее время проблема здоровья зубов у детей стоит очень остро, ведь от того, здоровы ли зубы, зависит и здоровье человека. Здоровье человека – тема для разговора всегда достаточно актуальная во все времена.

Гипотеза.
Возможно, зубы не обязательно чистить
каждый день утром и вечером.

- План опровержения гипотезы:
 1. Посмотреть передачу о важности гигиены полости рта.
 2. Поговорить с друзьями и родителями на тему важности ежедневной чистки зубов.
 3. Посмотреть статьи в сети Интернет на тему поддержания чистоты в полости рта.
- Подготовить заключение о верности или неверности гипотезы.

Зубы надо беречь с рождения

- У новорожденного малыша зубы находятся в зачаточном состоянии и спрятаны глубоко в десне. Первые два зубика на нижней челюсти появляются только в 6-8 месяцев. И уже с этого времени ему надо начинать их чистить. Для малышей выпускают специальные маленькие мягкие щетки и вкусную пасту. До 7 лет родители должны чистить ребенку зубы самостоятельно, так как хорошо очистить их сам он не может.
- На крепость эмали зубов может повлиять питание. Не зря педиатры и стоматологи рекомендуют родителям кормить ребенка здоровой пищей, богатой витаминами и минералами.



Отчего зубы разрушаются?

- Черные пятна кариеса, сколы и воспаления десен могут появиться в любом возрасте. Даже малыши до года, у которых во рту всего несколько зубов, порой страдают от стоматологических проблем.
- Всею виной – неправильная чистка зубов, неправильное питание, принятие лекарств, плохо влияющих на эмаль зубов.
- Частая причина зубной боли у детей – слишком большое количество конфет. Сахар из конфет, десертов и газированной воды буквально выедаёт в зубе дырочки, которые потом приходится лечить.
- Несмотря на то, что зубы – очень крепкие – пользоваться ими надо аккуратно. Если колоть зубами орехи или открывать бутылки – очень скоро на зубах появятся сколы и трещины.



Как правильно ухаживать за зубами?

- Чистить зубы надо не только утром, но и вечером перед сном.
- Выдавив на влажную зубную щетку зубную пасту мягко водите щетиной по поверхности зубов от основания к кромке. Не забывайте, что очищать необходимо все стороны зуба – и со стороны щеки и со стороны языка и жевательную поверхность зуба.
- Застраившие между зубами кусочки пищи следует извлекать только зубной нитью, так как зубочистки царапают эмаль.
- Не стоит забывать про язык и десны. Не ленитесь пройти мягкой щетиной по языку, щекам, деснам. Это очистит ротовую полость от накопленных бактерий и уберет неприятный запах.
- Правильный уход и своевременные осмотры стоматолога позволяют сохранить красивую улыбку и не допускать серьезных проблем с зубами.

Заключение

- **Моя гипотеза оказалась не верна, чистить зубы нужно обязательно каждый день утром и вечером. Это необходимо, так как болезнетворные бактерии, выделяемые из сахара, который мы потребляем с едой, начинают уже через 12-15 часов разъедать зубную эмаль, в результате она разрушается и это приводит к кариесу и зубной боли.**
- **Если человек не будет следить за состоянием полости рта, то он рискует остаться не только без своих собственных зубов, но и получить заболевания желудочно-кишечного тракта, так как бактерии после разрушения зубов могут отправиться разрушать желудок.**



Спасибо за внимание!