

«ХОРОШИЕ ЗУБЫ - ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!»



Подготовила:
учитель начальных классов
Лукашова Ольга Александровна

Давайте посчитаем наши зубы

У взрослых больше зубов, чем у детей. (Конечно, если все зубы целы).



Детские зубы

У детей всего-навсего 20 зубов. Да и те молочные. И появляются они (или, как говорят, прорезываются) далеко не сразу.



Взрослые зубы

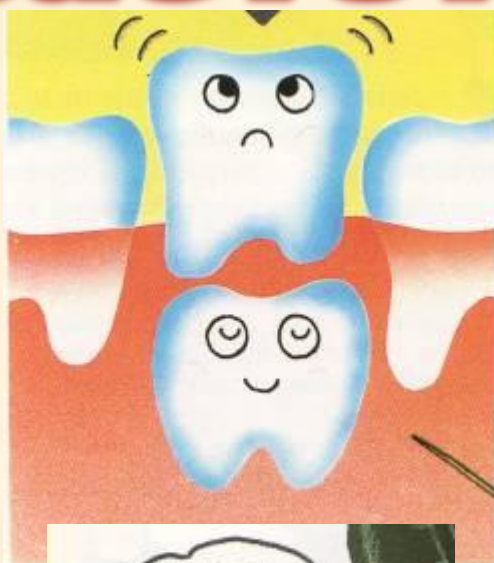
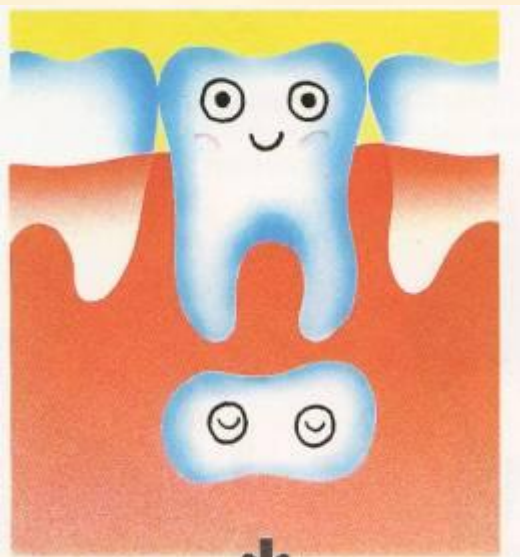
У взрослых всего 32 зуба: по 8 зубов справа и слева от середины на верхней челюсти и столько же зубов на нижней челюсти.



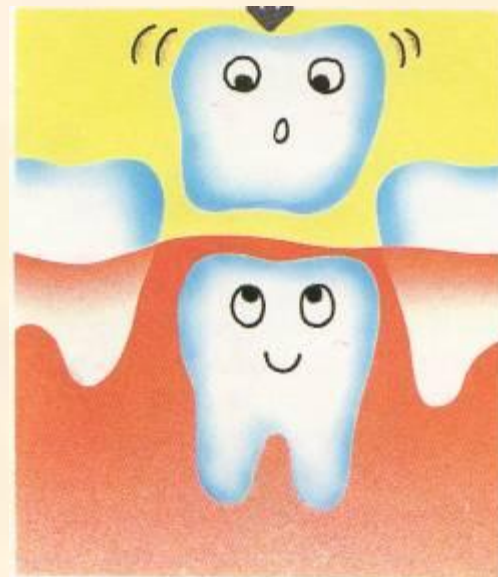
Так

растёт

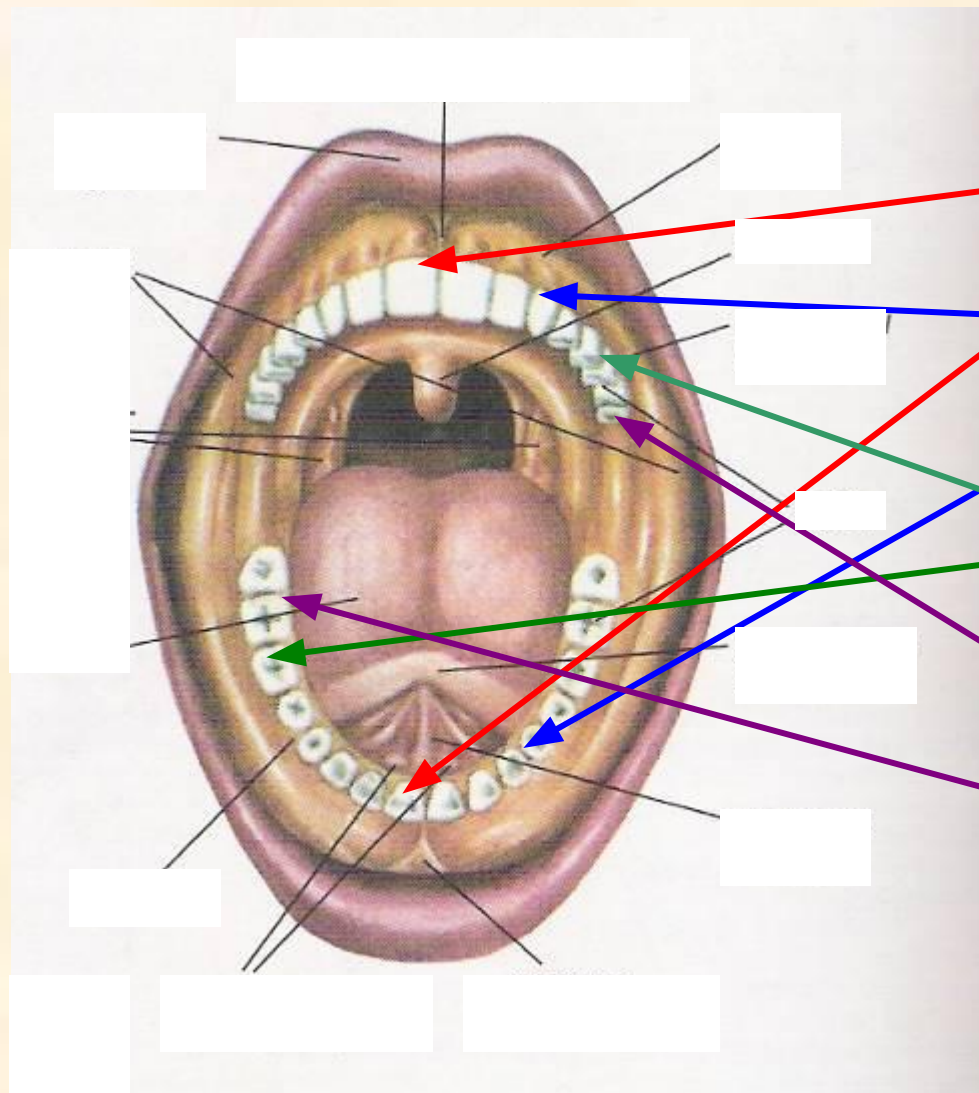
зуб.



Сначала
взрослый, или
постоянный, зуб
совсем маленький.
Но проходит
время, и он начина-
ет расти. А потом
выталкивает своего
молочного собрата
наружу



НАШИ ЗУБЫ



резцы

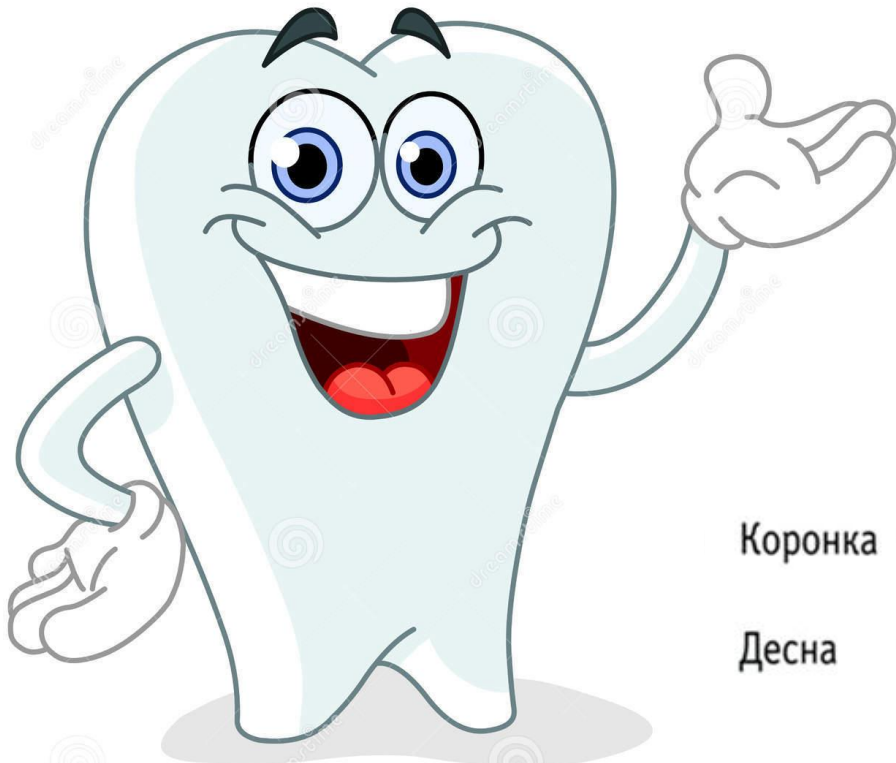
клыки

коренные

зубы

мудрости

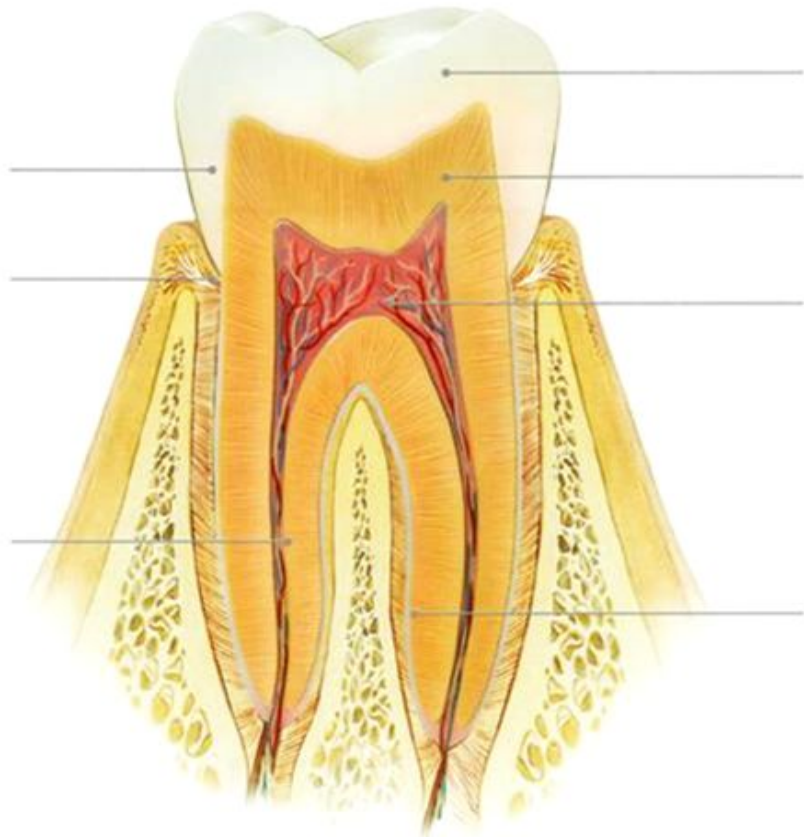
СТРОЕНИЕ ЗУБА



Коронка

Десна

Корень



Эмаль

Дентин

Пульпа

Цемент

Обязательно посещай стоматолога



Почему болят зубы?



Медленное разрушение зуба



ДРЕВНИЕ ГРЕКИ



- ЗОЛА + ШЕРСТЯНАЯ ТРЯПОЧКА, ПРОПИТАННАЯ МЁДОМ
- ЗУБОЧИСТКА – КОГОТЬ ЖИВОТНОГО



ЖИТЕЛИ ИНДИИ



- ЖЕВАЛИ ДРЕВЕСНУЮ КОРУ

ЖИТЕЛИ БЛИЖНЕГО ВОСТОКА



- протирали зубы кожурой
- граната , банана



ЭВОЛЮЦИЯ ЗУБНОЙ ЩЁТКИ

ЭВОЛЮЦИЯ
ЗУБНОЙ
ЩЕТКИ



- от пучка травы до современной щётки

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

- Употребляй в пищу больше сырых фруктов и овощей (грызи морковку, репку)
- Зубам полезен витамин D, а он есть в рыбе, яйце, молоке. Каждый день выпивай стакан молока
- Для зубов полезен чёрный хлеб
- Два раза в год посещай стоматолога



ГИГИЕНА ЗУБОВ

- Чисти зубы только зубной щёткой и обязательно чистой
- Чисти их в течении 3-2 минут
- Чисти зубы с внешней и с внутренней стороны круговыми движениями и движениями сверху вниз
- Чисти зубы зубной пастой, зубным порошком
- После приёма пищи полощи рот кипяченой водой

Берегите зубы!

