

# «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

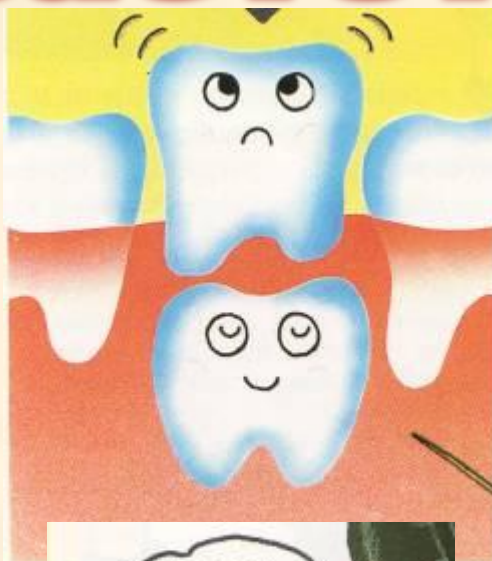
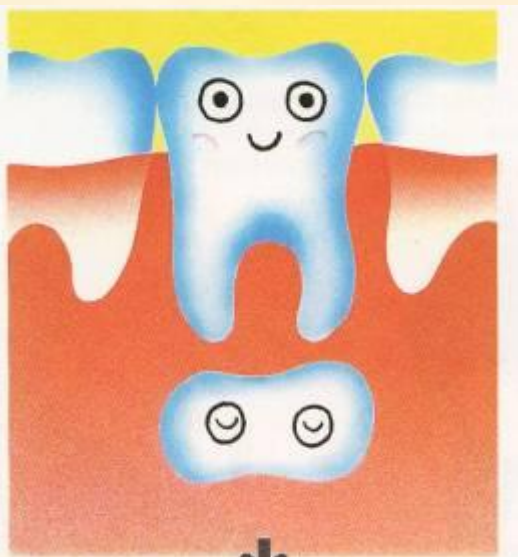
У взрослых всего 32 зуба: по 8 зубов справа и слева от середины на верхней челюсти и столько же зубов на нижней челюсти.



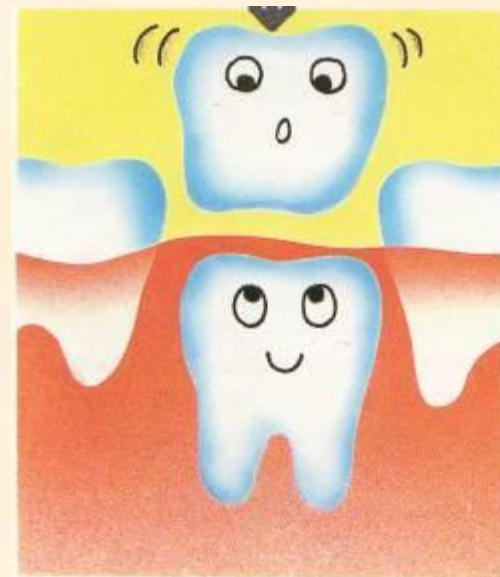
**Так**

**растёт**

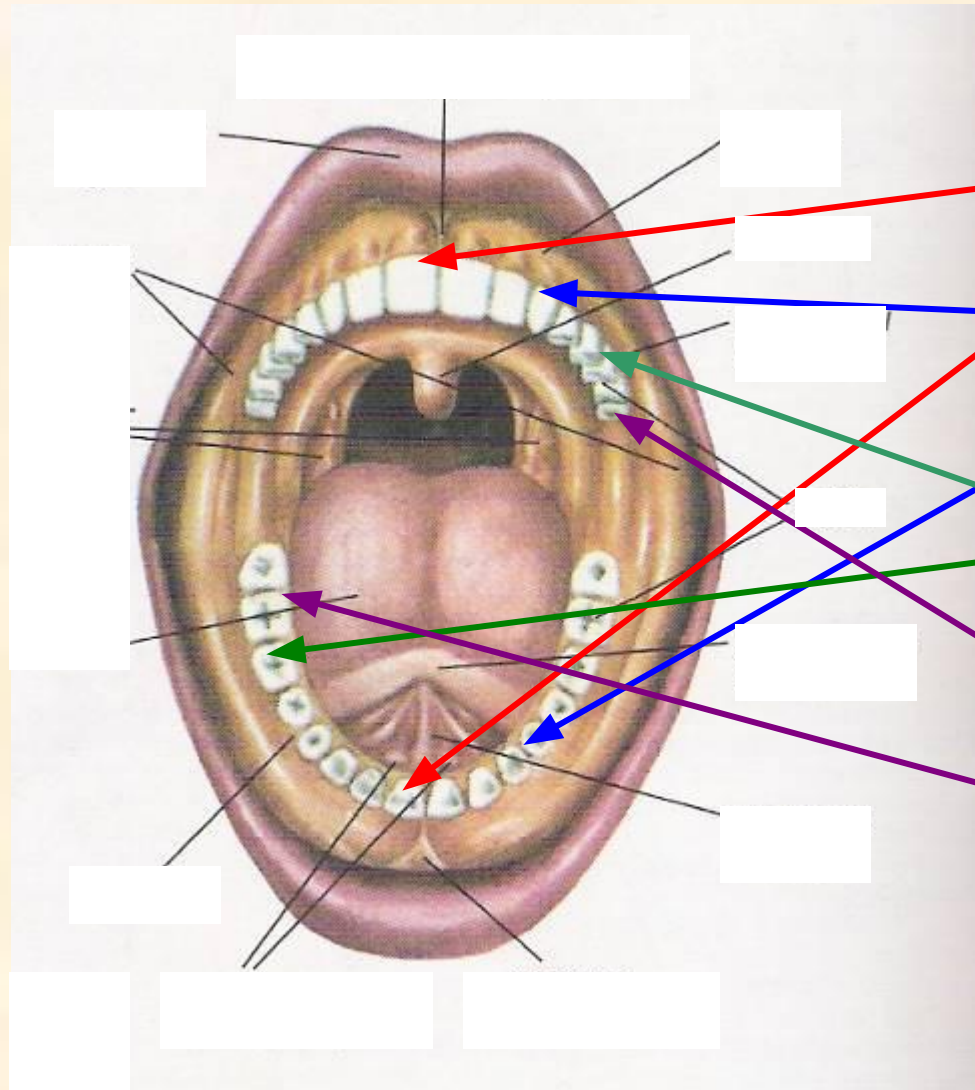
**зуб.**



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

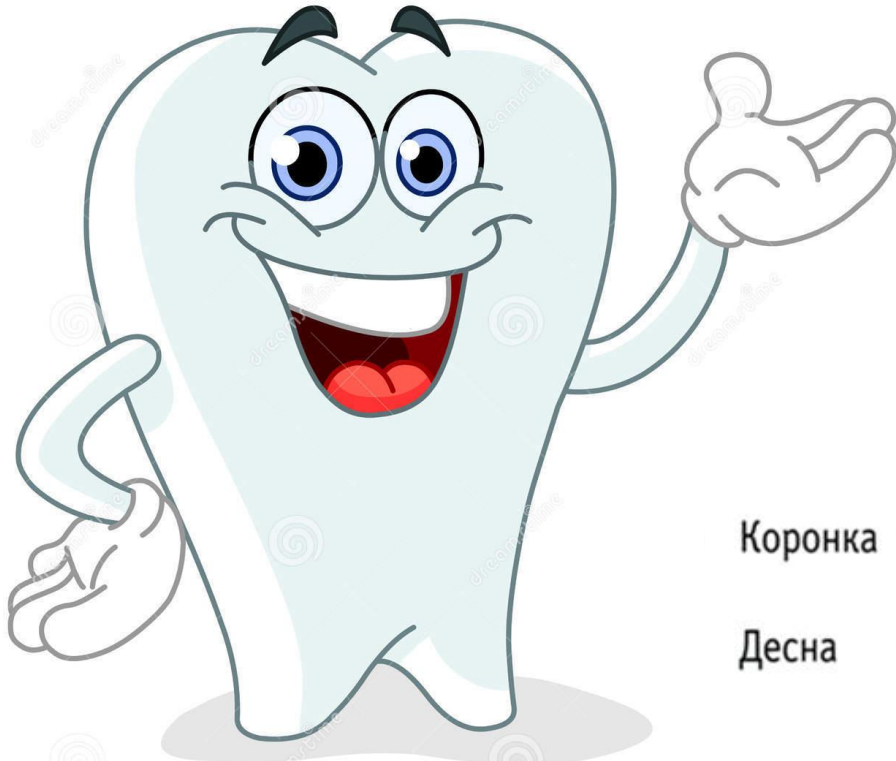
клыки

коренные

зубы

мудрости

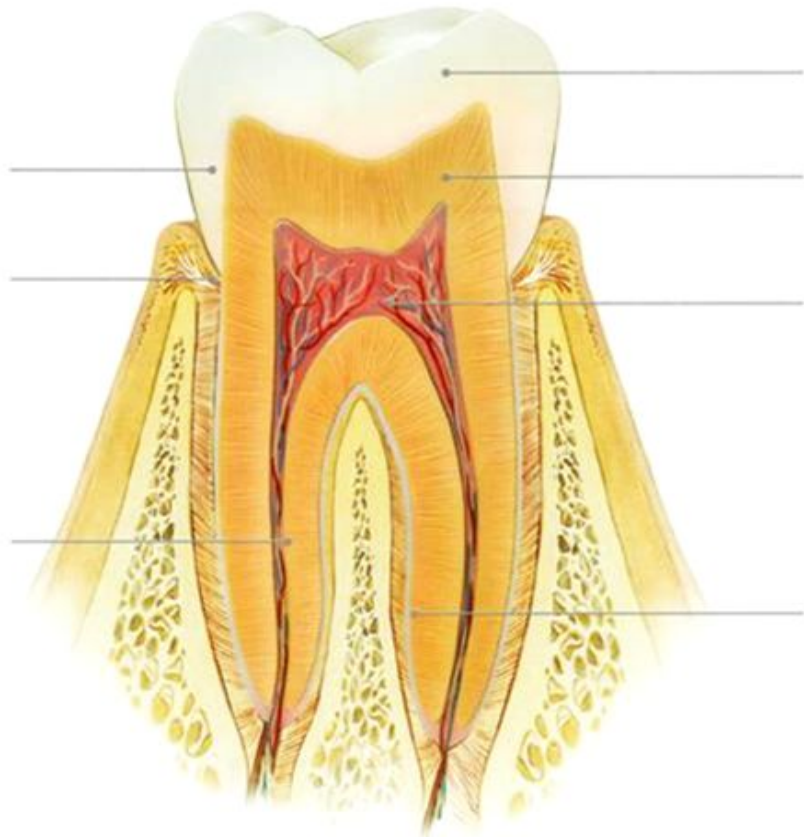
# СТРОЕНИЕ ЗУБА



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!

