



ЗАЧЕМ ЧИСТИТЬ ЗУБЫ?

? . После пережёвывания во рту остаются частицы пищи. Эти остатки начинают разлагаться, во рту размножаются бактерии, образуется неприятный запах. Чтобы зубы оставались здоровыми, нужно их чистить.



- ? Первыми зубную щётку придумали китайцы. Они делали ручку щётки из дерева, а щетина щётки — из волос с загривка кабана.
- ? Для чистки зубов использовали: перетёртую зубную пасту, пемзу, добавляли мыло и кирпичную пыль.



? В книге «Большая книга интересных фактов» мы с мамой прочитали, что сначала зубы чистили растёртыми порошками из камней, яичной скорлупы. Позже придумали разные жидкости для полоскания зубов. Потом чистили зубы тряпочкой с солью. Теперь зубных паст много. Всё больше становится разных щёток. Есть даже щётка, внутри которой вставлен тюбик с зубной пастой. Нажмёшь слегка на ручку - и паста уже в щетине. А есть специальная зубная щётка для детей. Если ребята всё делают правильно при чистке зубов, то щётка начинает играть мелодию.





? Мне нужно выяснить, как кислота разрушает зубы. Поэтому я сначала приготовлю специальный раствор, которым буду определять наличие кислоты. Потом я проверю некоторые напитки, есть ли в них кислота. И ещё мне нужно провести эксперимент, в котором кислота будет разрушать зубы.



- ? Для того чтобы приготовить специальный раствор для определения кислоты в напитках, мне нужны:
- ? две стеклянные литровые банки с крышками,
- ? сырая краснокочанная капуста,
- ? 1 литр дистиллированной воды,
- ? чайное ситечко.



- ? - Наполняем одну из банок мелко нарезанными капустными листьями.
- ? - Нагреваем до кипения дистиллированную воду.
- ? - Выливаем эту воду в банку с капустой.
- ? - Подождём, пока банка с капустой остынет.



- ? - Выливаем воду из этой банки через ситечко во вторую банку. Капустные листья можно выбросить.
- ? - Получившуюся жидкость нужно поставить в холодильник.
- ? - Поставив в холодильнике, вода из-под капусты становится фиолетовой.
- ? - Теперь этой жидкостью мы будем находить кислоты в других жидкостях.



- ? Нам нужно узнать, есть ли в напитке кислота.
- ? Нам понадобятся следующие материалы:
- ? капустный индикатор,
- ? стакан,
- ? столовая ложка,
- ? лимонад,
- ? кока-кола,
- ? свежавыжатый сок апельсина,
- ? лимона,
- ? яблочный сок.



- ? - Наливаем одну ложку (15 мл) капустного сока в стакан.
- ? - Добавляем туда одну ложку воды (15 мл)
- ? - Добавляем также 1 ложку лимонада и перемешиваем.
- ? Голубой раствор индикатора (специального раствора) становится красным.
- ? Делаем вывод: в лимонаде есть кислота.
- ? Также мы узнаём, что и в яблочном соке, и в кока- коле, и в соках апельсина и лимона есть кислота.



- ? Дальше для опытов мы возьмём свежее куриное яйцо. Скорлупа куриного яйца, как и зубы, содержит кальций. Посмотрим, что может плохо повлиять на кальций или даже совсем его нарушит.



- ? Докажем, что кальциевый слой очень прочный.
- ? Нам нужны: два грецких ореха, свежее куриное яйцо, куриное яйцо, которое несколько дней находилось в кислом растворе; полиэтиленовый пакет, резинка.
- ? Этот опыт мы делали с папой.
- ? -Папа взял в руки свежее куриное яйцо.
- ? - Надел на руку полиэтиленовый пакет.
- ? - На запястье закрепил пакет резинкой.
- ? - Начал сжимать яйцо со всей силы.
- ? Яйцо не треснуло и не разбилось.
- ? Теперь мы взяли куриное яйцо, которое несколько дней лежало в кислом растворе. Когда папа начал сжимать яйцо, то скорлупа яйца треснула.



? Кислый раствор повлиял на прочность кальциевого слоя. Даже не сильное сжатие заставило скорлупу треснуть. Также происходит и с зубом. Если часто пить напитки, содержащие кислоту и при этом не ухаживать за зубами, не чистить их, то даже от пережёвывания сухариков, в зубной эмали может появиться трещина, а потом и дырочка.



? Мы провели несколько экспериментов и поняли, что разные напитки, в которых содержится кислота, разрушают зубы. Чтобы сохранить зубы, уберечь их от потемнения, разрушения, нужно ухаживать за зубами - чистить их. А ещё, я узнала, что сразу после напитков, в которых есть кислота, нельзя чистить зубы. Это тоже делает кальциевый слой тоньше. Нужно прополоскать рот водой и только через полчаса почистить зубы.



? Самыми лучшими продуктами для очистки зубов станут: яблоки, морковь. Потом рот нужно будет прополоскать водой. А ещё можно воспользоваться жевательной резинкой. Но всё это нужно делать только тогда, когда нет зубной щётки и зубной пасты.



? . Оказывается, животные тоже заботятся о своих зубах: многие из них жуют кору и ветки дерева; хищники — кости и хрящи; а крокодилу чистить зубы помогает маленькая птичка кокори.



- ? Вот эти несложные рекомендации:
- ? - Больной зуб – это входные ворота для микробов, поэтому 2- 3 раза в год нужно посещать стоматолога.
- ? - Устранять пищевые остатки с помощью зубочистки; удалять зубной налёт щёткой, полоскать рот после еды, делать массаж дёсен, употреблять твёрдую пищу.
- ? - Организм должен получать все необходимые минеральные вещества и витамины, чтобы зубы были крепкими. Есть много овощей и фруктов.
- ? - Полоскать рот после каждого приёма пищи.
- ? И, конечно же, нужно научиться правильно чистить зубы щёткой.

