

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г.САРОВА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЛИЦЕЙ №15» ИМ. АКАД. Ю.Б.ХАРИТОНА

Научно-исследовательская работа на тему

**«Как сохранить зубы здоровыми?»**



*Надо чистить каждый зуб,  
Верхний зуб, нижний зуб,  
Даже самый дальний зуб, —  
Очень важный зуб.  
Изнутри, снаружи три,  
Три снаружи, изнутри.*

A cartoon illustration of a smiling tooth character with large eyes and a friendly expression. The character is holding a green toothbrush in its right hand and a green tube of toothpaste labeled 'Zahnpasta' in its left hand. The toothbrush has white foam on its bristles. The background is a simple white and light blue gradient.

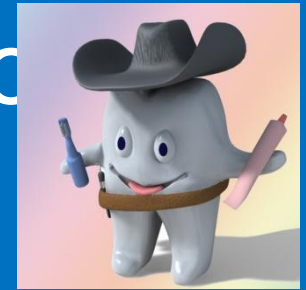
# Цель работы

Изучение факторов влияющих на сохранение здоровых зубов.

## Задачи

- Изучить факторы, влияющие на здоровье зубов.
- Расширить знания в области гигиены и ухода за зубами.
- Определить будущую стратегию поддержания полости рта в здоровом виде.

# Факторы, влияющие на сохранение здоровых зубов



- Правильное питание.
- Вода и волшебная таблетка натрия фторид.
- Гигиена полости рта. Правильный выбор средств



- Жвачка- помощник или вредитель



# Правильное питание

Идет коза рогатая, идет коза бодатая. Ножками топ-топ, глазками хлоп-хлоп. Кто кашу не ест, молоко не пьет того забодает, забодает, забодает!



# Вода и волшебная таблетка натрия фторид



# Гигиена полости рта. Правильный выбор средств гигиены



- Какие зубные щетки выбрать и как правильное это сделать?
- Как выбрать зубную пасту?
- Какие правила соблюдать, чтобы чистка зубов была верной?
- Сколько минут чистить зубы?



# Жвачка- помощник или вредитель?

*Мы жуём жвачку дружно.  
А всегда ли это нужно?  
Польза будет или вред?  
Кто же даст нам всем ответ?*

*Если жвачка сладка,  
Знайте - она гадка,  
Хоть и сладка и вкусна,  
Разрушает зуб она!*

*Правильно пользуйся жвачкою п  
Пять минуток после еды!*



# Что же делать ,чтобы сохранить зубы здоровыми?

- Как поел - почисти зубки
- Делай так два раза в сутки
- Предпочти конфетам фрукты -очень важные продукты
- Чтобы зуб не беспокоил, помни правило такое:



**К стоматологу идём в год два раза на приём**





# Семь раз отмерь, один раз отрежь!

