

Почему так важно чистить зубы





Цель исследования: выяснение
причины необходимости каждый день
чистить зубы

Задачи исследования:

- ★ Выяснить, зачем нужны зубы и как они устроены
- ★ Узнать, что такое кариес
- ★ Определить правила ухода за зубами
- ★ Выяснить, какую зубную пасту лучше использовать
- ★ Узнать, как ученики ухаживают за зубами

Актуальность исследования

В настоящее время проблема здоровья зубов у детей стоит очень остро, ведь от того, здоровы ли зубы, зависит и здоровье человека

Практическая значимость исследования:

Дети приобретают информацию, позволяющую им правильно ухаживать за зубами, чтобы их зубки были здоровы.

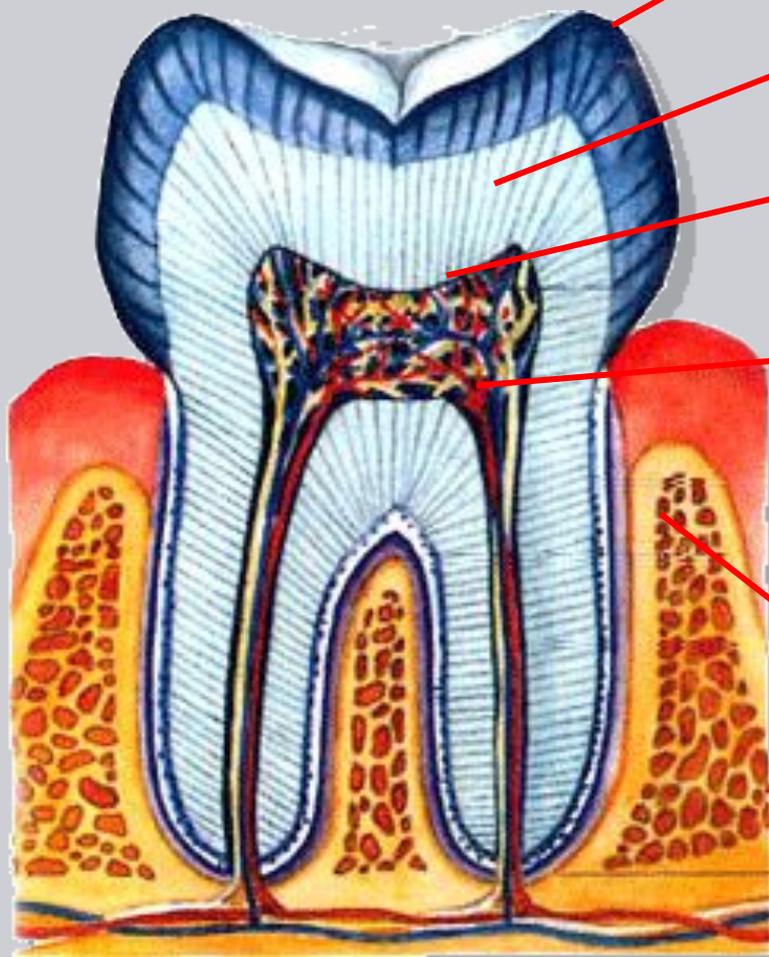
Функции зубов



Зубы нужны человеку,
чтобы:

1. Пережёвывать пищу.
2. Украшать улыбку человека.
3. Правильно произносить звуки.

СТРОЕНИЕ ЗУБА



эмаль

дентин

пульпа

Сосуды
и нервы

десна

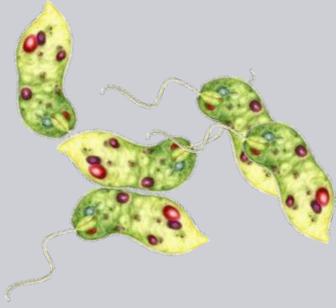
корень

Основная причина возникновения кариеса - образование зубного налета:

1. Прежде всего, из-за недостаточной гигиены полости рта

2. Чрезмерного употребления сахаросодержащих продуктов.

Как образуется зубной налёт?



Бактерии



Сахар



Зубной налёт

12-24 часов

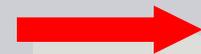
Возникновения кариеса



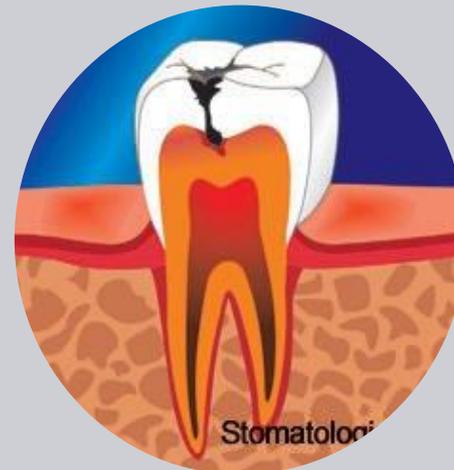
Зубной налёт



Сахар



КИСЛОТА!



КАРИЕС!

У многих из нас сейчас молочные зубы меняются на постоянные. Может быть, не стоит ухаживать за молочными зубами, раз они все равно выпадут? Так рассуждают некоторые.

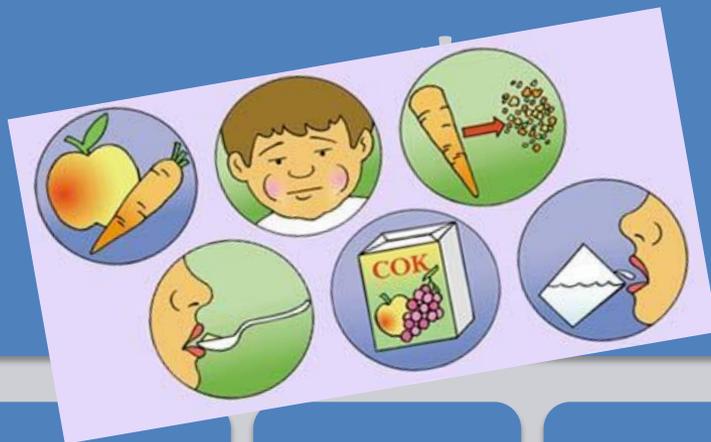
Такие детки будут не правы. Если молочный зуб заболел, то он заражает находящийся под ним, еще не вышедший наружу, постоянный зубик.

Получается, что не ухаживая за молочными зубами, мы портим зубы, с которыми нам жить все оставшееся время.

Последовательность процесса чистки зубов.



Золотые правила питания для сохранения



*Чаще есть
твердые
сырые овощи
и фрукты.*

*Не
просовывать
ложку, вилку
глубоко в рот,
а снимать
пищу губами,
чтобы не
поцарапать
зубы.*

*Жевать и
правой, и
левой
стороной
зубов.*

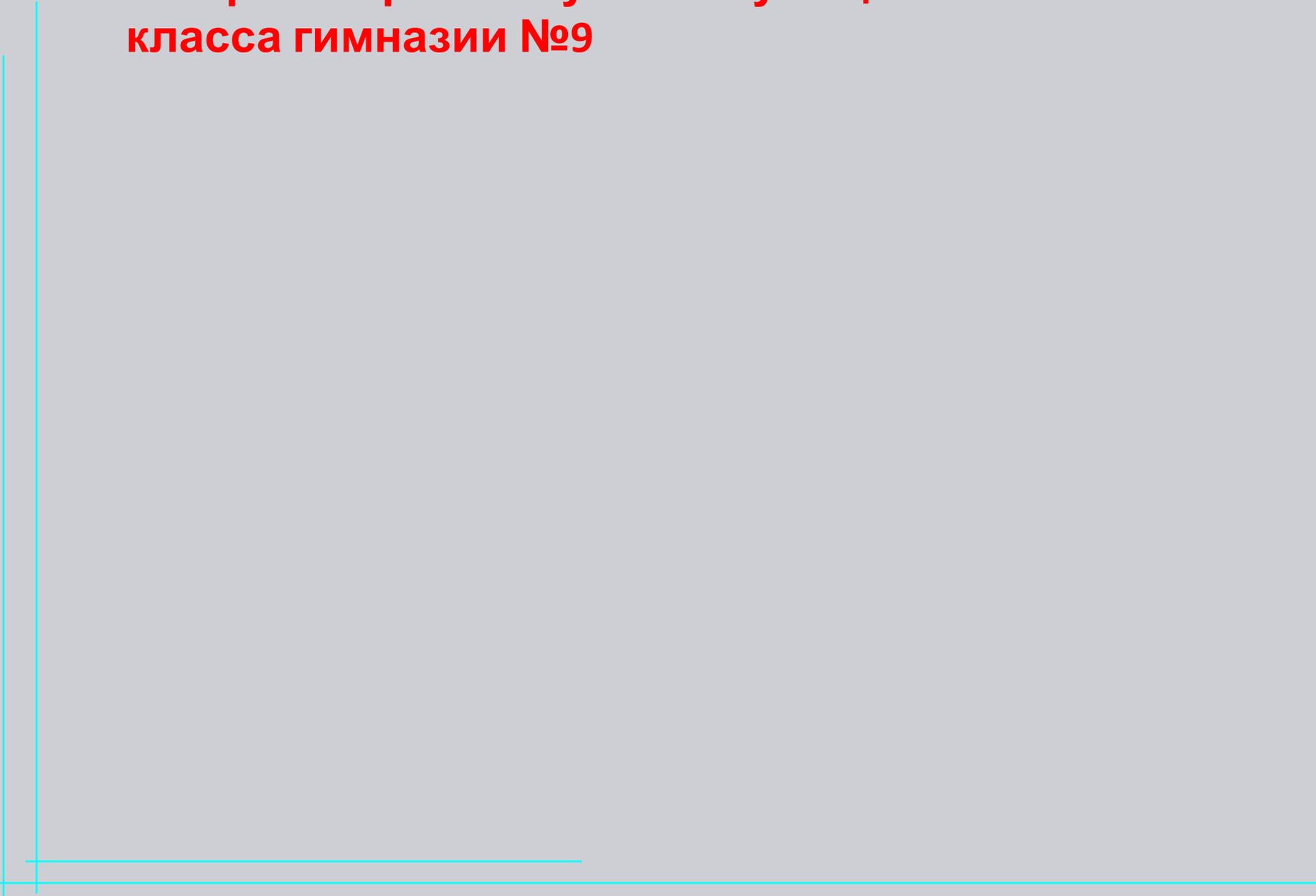
*Не
увлекаться
шипучими
напитками —
лучше пить
соки.*

*Глотать
пищу, только
хорошенько ее
разжевав.*

*После еды,
особенно
после
сладостей,
обязательно
полоскать
рот.*

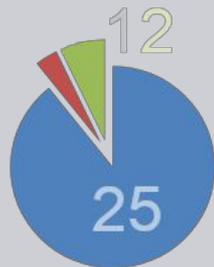
Встреча с врачом – стоматологом Белек-оол Анай-Хаак Мергеновной

**В опросе приняли участие учащиеся 4 «А»
класса гимназии №9**

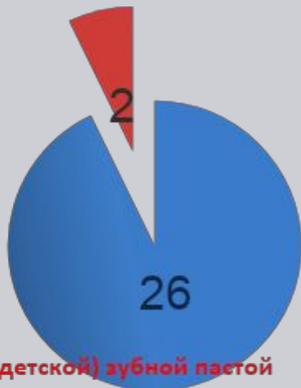


По данным проведенного исследования выявлено:

Мнение о функциях зубов сложилось
следующим образом:

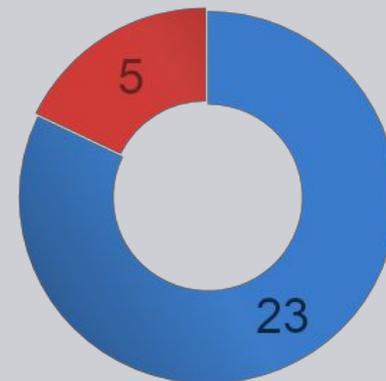


- для пережевывания пищи
- для правильного прикуса
- для красоты



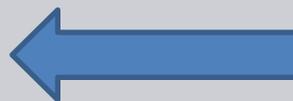
- Специальной (детской) зубной пастой
- Пастой для взрослых

ВСЕ дети любят сладкое!



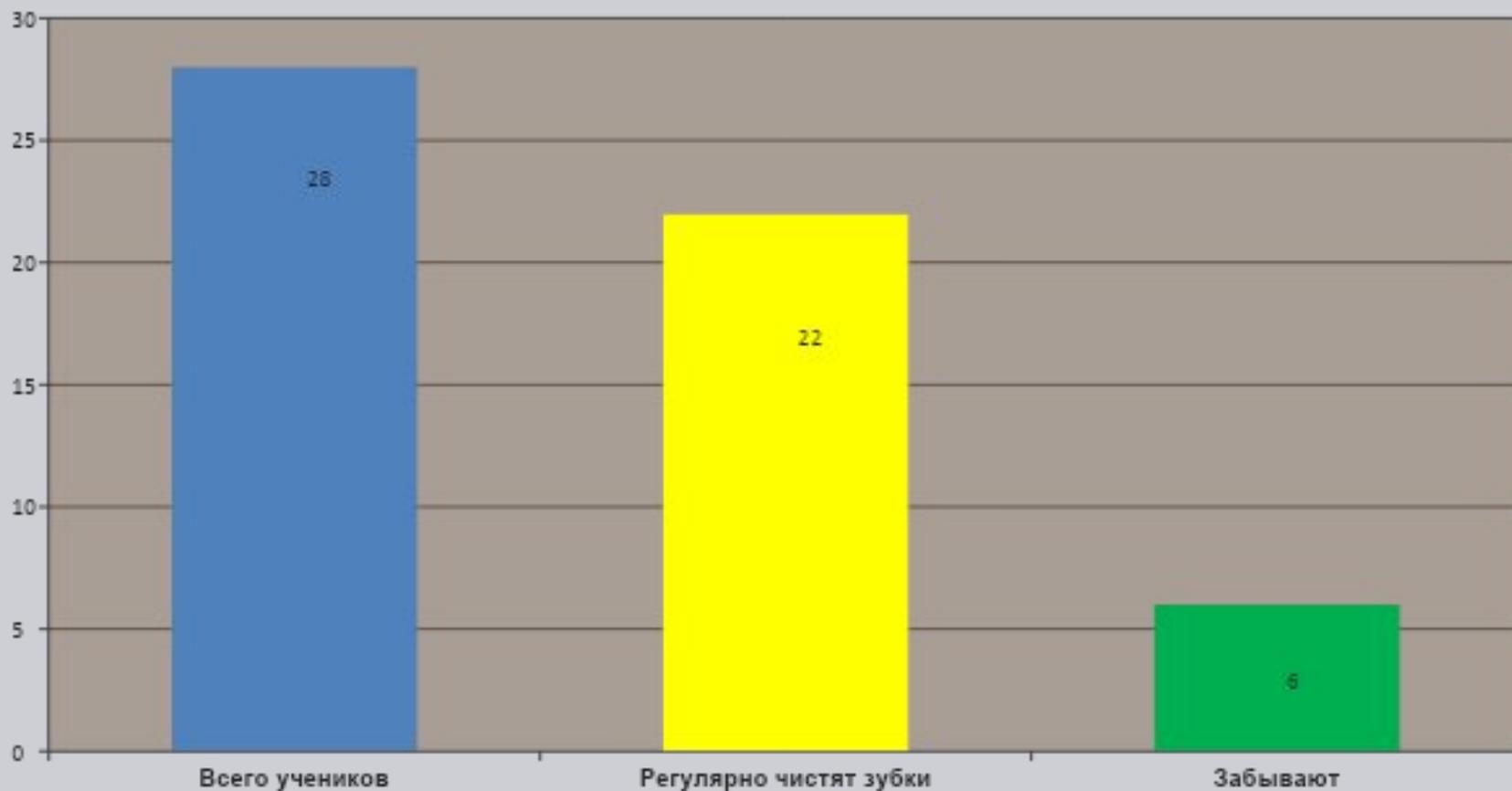
- Сладкое любят и часто употребляют
- Не любят или редко употребляют

Какими зубными пастами
пользуются ученики?



Практически ВСЕ ребята знают, что чистить зубы надо как минимум два раза в день.

Однако не всем это хочется делать, а некоторые просто забывают.



К сожалению, профилактические посещения стоматолога осуществляют только 11 детей.



Таким образом я пришла к следующим выводам:

1. Зуб – это не камешек, а живой орган, очень важный для человека
2. Кариес – это разрушение зуба под действием различных причин.
3. Есть 3 основных мероприятия для профилактики кариеса:
 - регулярно и основательно устранять зубной налет и остатки пищи;
 - значительно сократить потребление сахара и в особенности бросить привычку в промежутках между приемами пищи забавляться сладостями.
 - там, где питьевая вода содержит мало фтора, необходимо принимать его соединения в подходящей форме — применять фторсодержащие зубные пасты,
4. Существуют определенные правила ухода за зубами, которые позволяют избежать болезней зубов.
5. Проведя исследовательскую работу, я узнала, что большинство опрошенных учащихся знают эти правила, но не всегда их выполняют.
6. Я постараюсь правильно ухаживать за своими зубами, так как поняла, что это очень важно для моего здоровья!

**Чистить зубы дважды в день
Пастой с фтором нам не лень.**

**Стоматолог дважды в год
к себе в гости всех нас ждет.**

**Ешьте овощи и фрукты,
А не сладкие продукты.**

**Спасибо за
внимание!**

