

МБОУ Рабочеостровская СОШ  
с/п Бабгубская школа

# Тема: «Здоровые зубы здоровью любви»



Руководители проекта:  
Каменева Е.Г.  
Короткова Е.М.

# Проблема:

- Почему болят зубы?



# Цель: Выяснение основных причин заболевания зубов.

## Задачи:

- Узнать, что является основными причинами заболевания зубов.
- Сформулировать правила, следуя которым можно сохранить зубы здоровыми.

# Подумали самостоятельно...

Зуб это костяное образование,  
расположенное во рту.  
У человека 32 зуба.  
Зубы бывают молочные и  
коренные, зубы мудрости.  
Зубы служат для переработки  
пищи и для правильной речи.  
Чтобы зубы были здоровыми  
нужно соблюдать чистоту  
полости рта.  
Два раза в год посещать  
стоматолога.  
Менять зубную щетку 3-4 раза  
в год.



Я знаю, что у человека 32 зуба.  
Я узнала из просмотра презентации  
"Баши". Что есть болезни у зубов: ка-  
риес, пульпит.

Что не все продукты полезны  
для здоровья зубов, но я не  
могу не есть их.  
Я постараюсь не употреблять  
в пищу продукты с повышен-  
ной кислотностью и вредные  
для зубов.



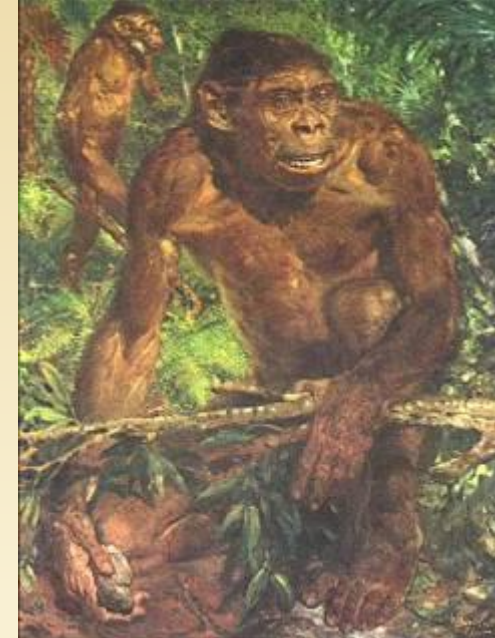


Каждый день вместе чистили  
зубы, наблюдали...





## Обратиться к компьютеру

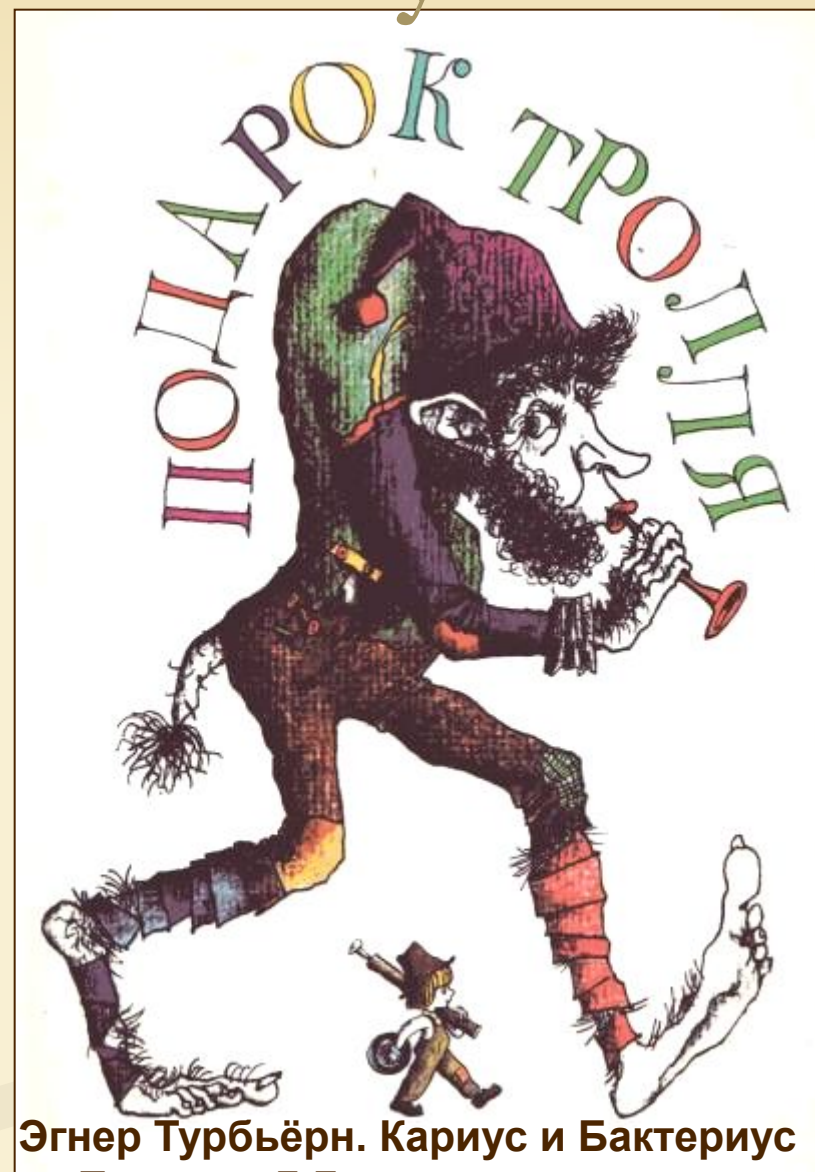


## Из истории вопроса...

- **В древности зубных врачей не было, и зубы никто не лечил. Если зубы болели, их попросту вырывали. Этим делом занимались кузнецы, сапожники, позже - парикмахеры!**
- Ещё в древности люди жевали смолу, которая очищала зубы и придавала дыханию свежесть.
- В истории известен такой факт, в Древней Индии во время суда подсудимому предлагали съесть горсть сухого риса. Если обвиняемый съедал его, то считалось, что он не виновен. Оказывается, при страхе у человека прекращается слюноотделение, во рту пересыхает, поэтому сухой рис проглотить невозможно.
- Начиная с 18 века моряков английского флота называют «лимонами» и всё потому, что во время длительных плаваний им было приказано ежедневно пить лимонный сок. А всё потому, что в течение многих столетий моряки страдали от цинги, так как питались только консервами, солониной и совсем обходились без свежих овощей и фруктов.

# Сходили в библиотеку...

■ Привычку чистить зубы нужно воспитывать уже в раннем возрасте, не случайно детские писатели в своих произведениях обращались к данной проблеме.



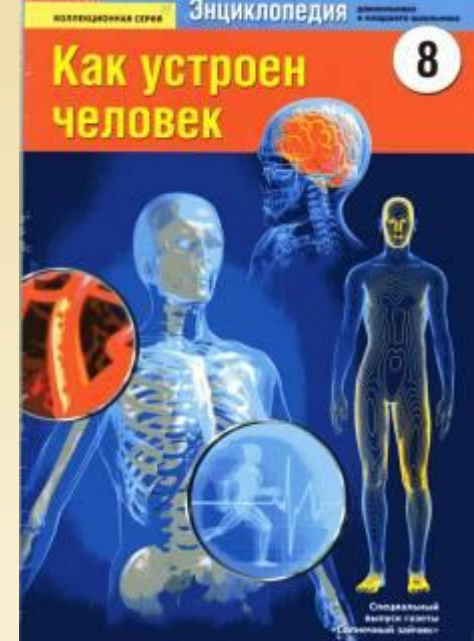
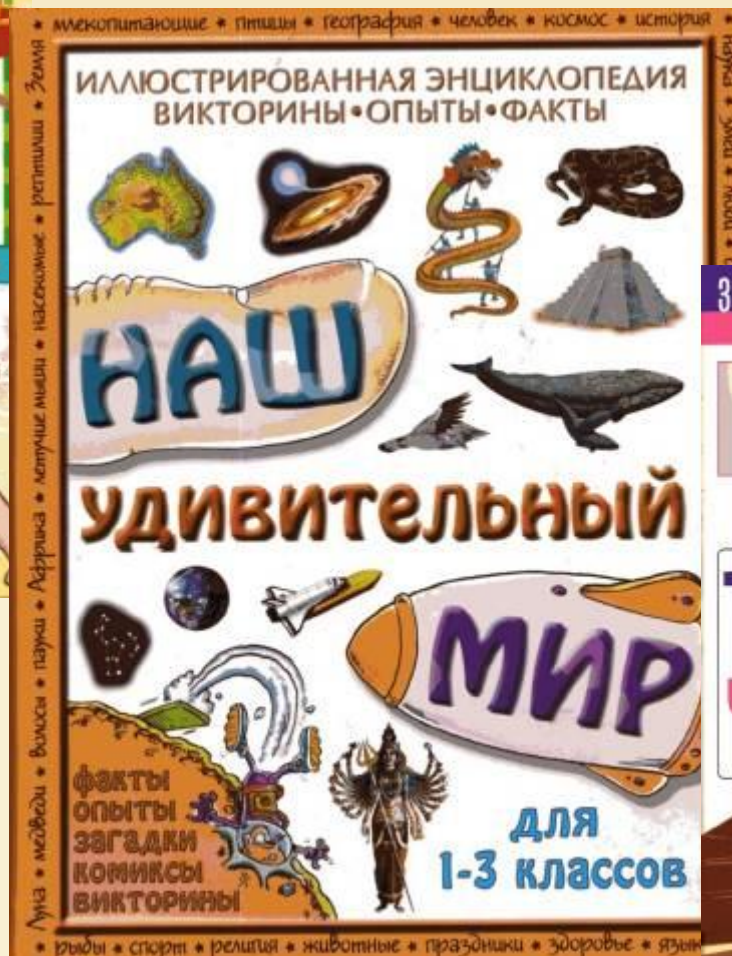
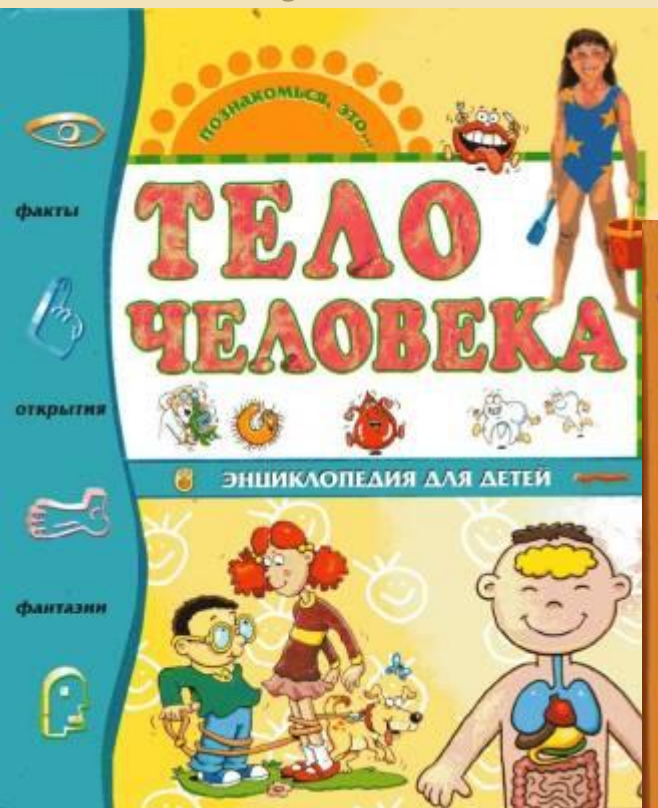
Эгнер Турбьёрн. Кариус и Бактериус

Перевод: Л.Брауде

Карелия, Петрозаводск, 1993

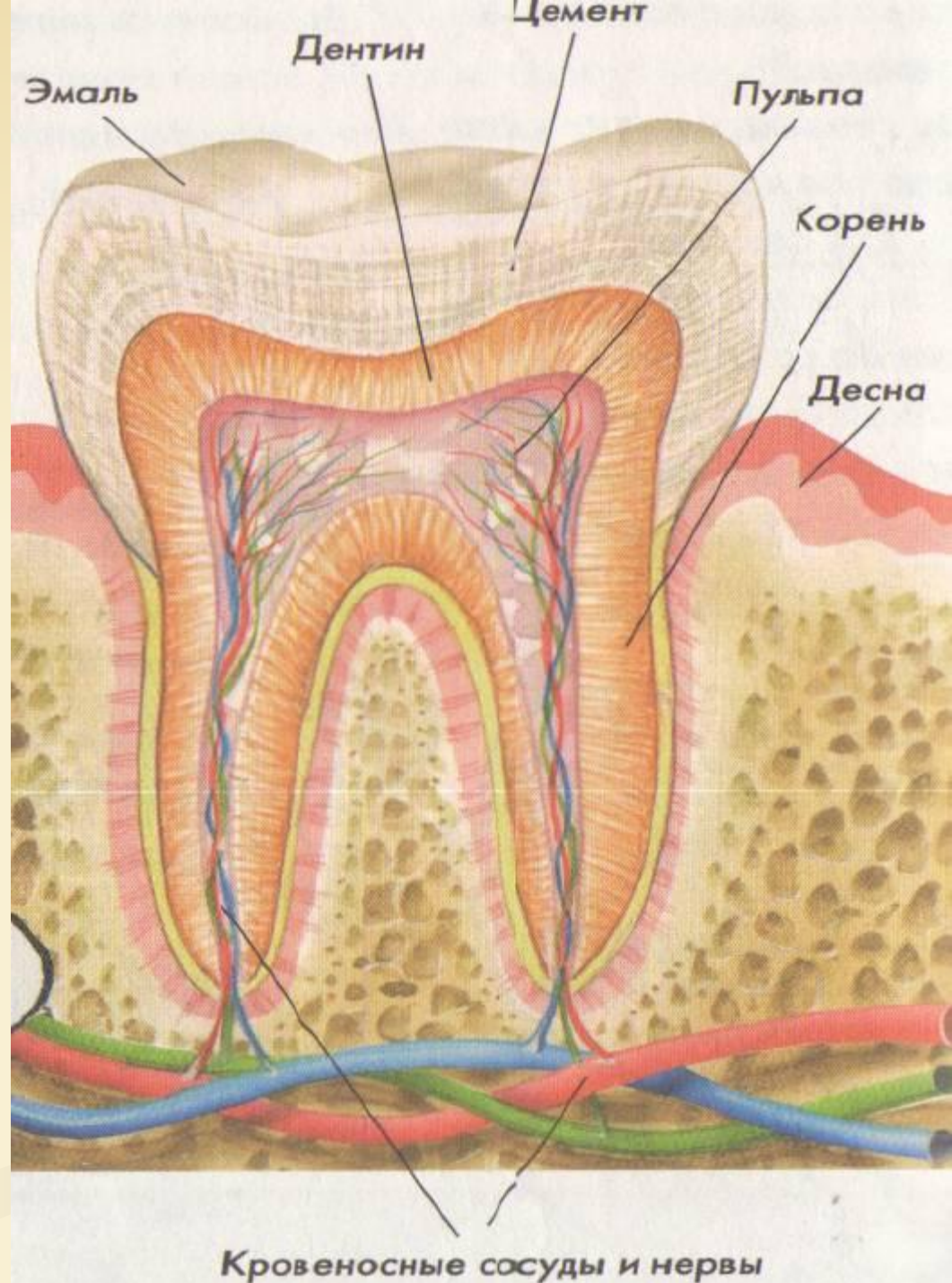


# Изучили энциклопедии:





# Строение зуба.



# В гостях у стоматолога...



Чтобы в кабинете врача не было больно и страшно, нужно приходить к врачу тогда, когда зубы ещё не болят, не реже 2-х раз в год.

Остатки пищи застревают между зубов, и это вызывает образование налета, в котором размножаются бактерии, способные разрушить зубную эмаль, проникнуть сквозь дентин и добраться до пульпы.

Болезнь зуб начинается тогда, когда кариес, разрушающий зуб, доходит до пульпы и нерв на это реагирует. Если такое случилось, надо срочно пломбировать зуб, который уже никогда не будет таким, как прежде!





# Провели эксперимент...

Врачи считают, что нашим костям необходимы яйца и молочные продукты, и они правы, ведь в них содержится много кальция, соли которого придают кости твёрдость и прочность, в кислой среде эти соли растворяются. А если сахар и бактерии воздействуют на зубы в течение долгого времени, они начинают вырабатывать кислоту.

Мы провели эксперимент: Мы положили яичную скорлупу в стеклянную банку и залили раствором лимонной кислоты, оставили её на несколько дней, чтобы понаблюдать, что произойдёт.

Теперь вы видите, почему так важно чистить зубы регулярно.





Опыт повторили в насыщенном растворе сахара и пищевой соды.

**Выводы:** В насыщенном растворе сахара скорлупа – потемнела, поэтому, когда пьёте сладкие напитки лучше пользоваться трубочкой для коктейля.

В растворе пищевой соды- скорлупа потеряла свою прочность.

Не используйте соду для отбеливания зубов.



# Диетолог

Чтобы зубы не портились, нужно в пищу употреблять молоко, молочные продукты, овощи, фрукты. Особенно полезен зубам витамин Д, он содержится в рыбе, яичном желтке, молоке, масле.

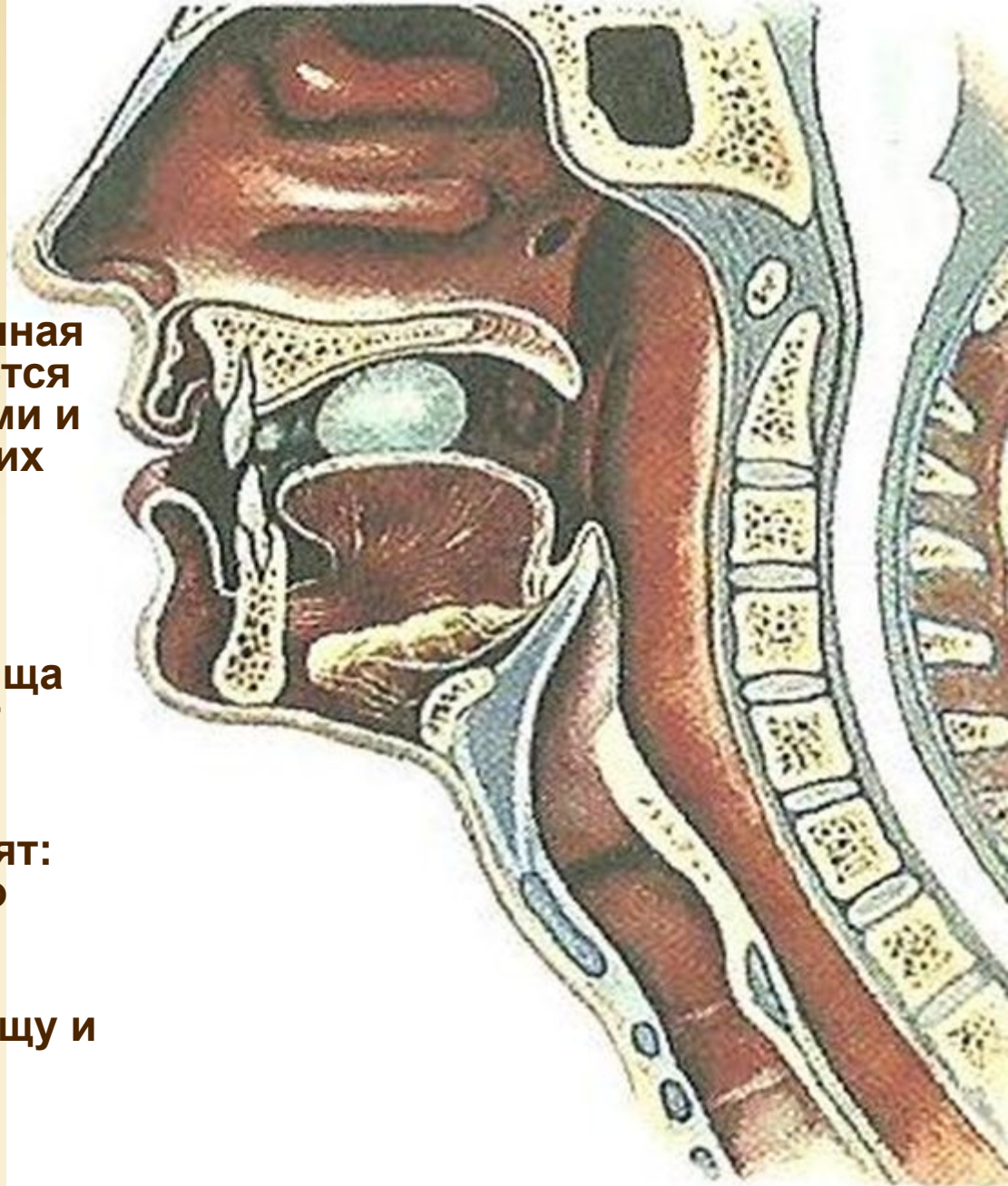


Полезно есть капусту, лук, чеснок, горох, фасоль, апельсины, помидоры, гречку, овсянку, морскую капусту, ржаной хлеб. Эти продукты содержат витамины, кальций, фосфор, укрепляющий эмаль зубов.



# Педиатр

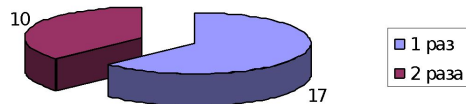
- Только хорошо пережёванная пища быстро пропитывается пищеварительными соками и полностью подвергается их действию. Из ротовой полости и глотки пища попадает в желудок по пищеводу.
- Плохо пережёванная пища раздражает и даже может повредить слизистую оболочку желудка.
- Недаром, в народе говорят: «Кто долго жуёт, тот долго живёт!»
- А один из девизов йоги гласит: «Пить твёрдую пищу и жевать жидкую»



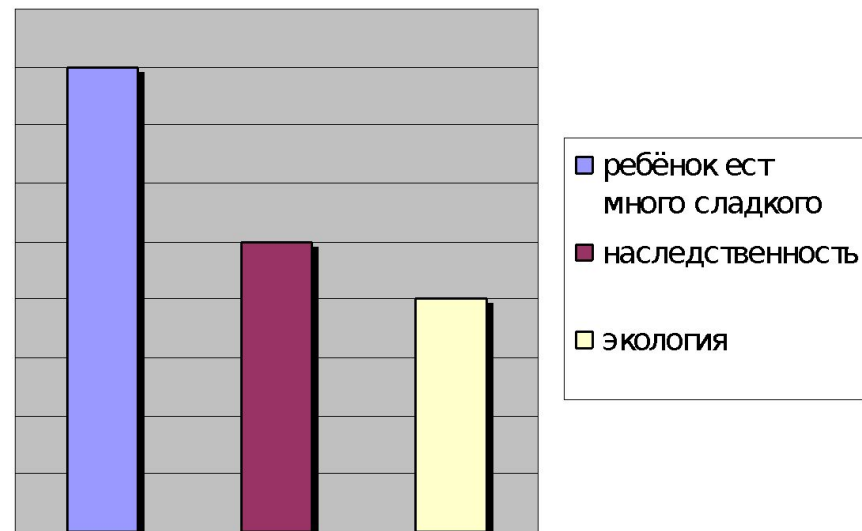


Провели анкетирование родителей, в результате узнали...

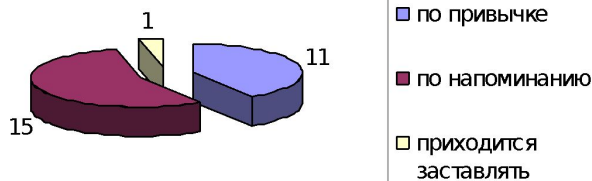
Сколько раз ребёнок чистит зубы?



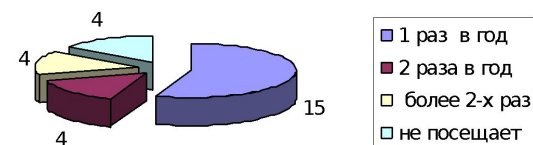
В чём причина болезни зубов



Ребёнок это делает:



Ребёнок посещает стоматолога:



# ЭКОЛОГ



Возможно, многим из вас доводилось бывать в краеведческом музее. И наверняка вы видели скелеты древних людей, живших на Земле. А не обращали ли вы внимание на то, как скелеты древних людей сохранились зубы?!

Каждый врач-стоматолог на это скажет, что, действительно, много лет назад вода, воздух и пища были другими, поэтому и состояние зубов человека было намного лучше. С приходом цивилизации все изменилось: качество воды, загрязненность воздуха и наша пища. А эти факторы, несомненно, оказывают огромное влияние на состояние зубов.

Если в состав воды входит микроэлемент фтор и его содержание больше 1 мг/л, то очень часто у детей развивается заболевание флюороз, которое выражается в виде пятен темно коричневого цвета. При этом заболевании повышается хрупкость эмали.

Если содержание фтора в воде менее 1 мг/л, увеличивается активность кариеса.

Более жесткая вода и плохая гигиена полости рта способствуют образованию зубного камня и, как следствие, приводит к заболеванию десен.

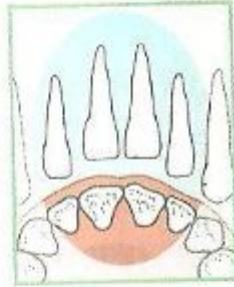
Я, как эколог, заявляю, что зубы детей нашей Республики Карелия в опасности. Например жители Надвоиц из-за вредных выбросов в атмосферу с НАЗа с детства страдают флюорозом зубов и костей, а так же заболеваниями дыхательных путей. Причина: на заводе недостаточно фильтров, защищающих Надвоицы от вредных выбросов с завода. Страдают все ближайшие районы. Кариес зубов в 2011г. у 235тыс.человек. Наш город Кемь взят экологами под контроль. Так наблюдается большое снижение фтора в воде. Хочется сказать, что мы должны приложить все силы, чтобы наши реки и города были чистыми.

# Какие у нас зубы?

## У каждого своя задача

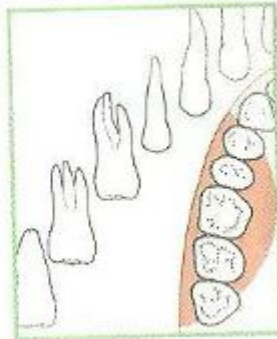
Форма зубов зависит от функции, которую они выполняют.

Резцы имеют острый режущий край. Ими откусывают пищу.



Заостренные клыки помогают разрывать волокна мяса.

Коренные зубы – прочные, с плоской поверхностью – дробят и перетирают пищу.



У слонов новые зубы могут вырастать до 6 раз. Коренной зуб слона размером примерно с твой кулак!



# Индивидуальные средства по уходу за зубами



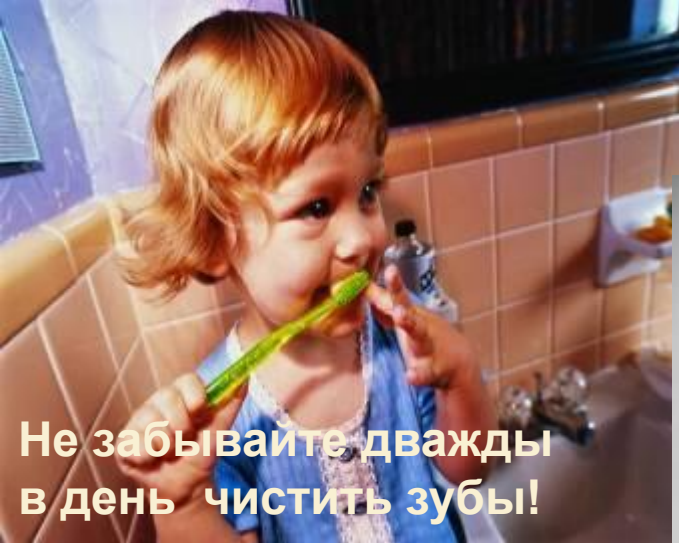
## Основные:

- Зубная щётка
- Зубная паста

## Дополнительные:

- Зубная нить
- Ополаскиватели
- Отбеливатели



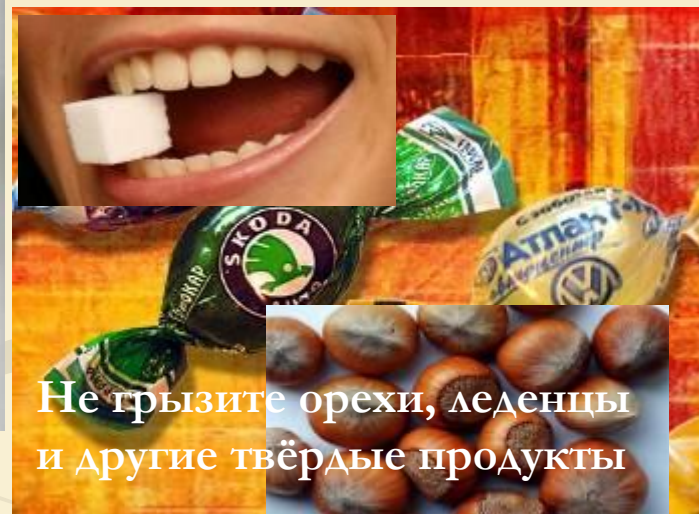


**Не забывайте дважды в день чистить зубы!**

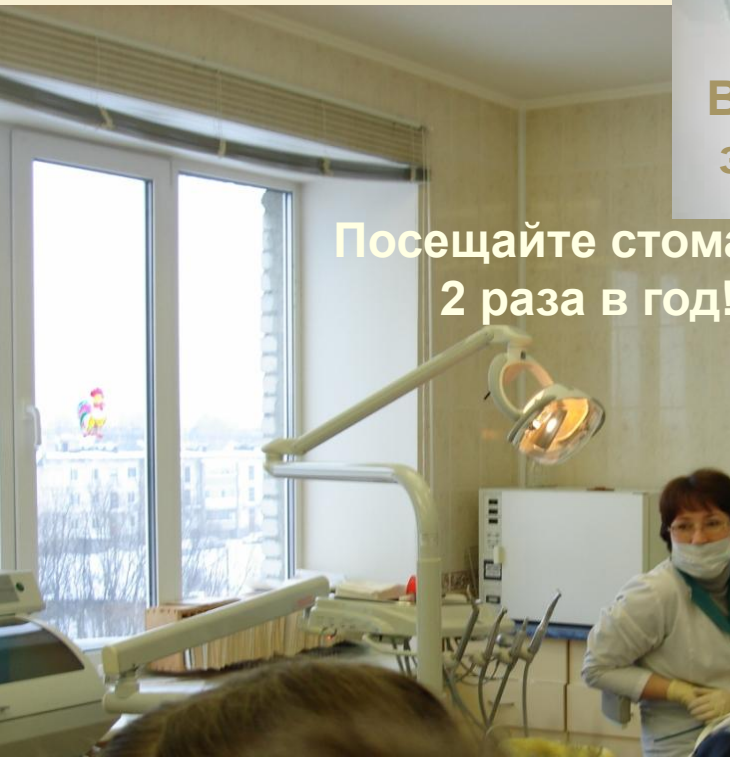


**Вовремя меняйте зубную щётку!**

**Ешьте меньше сладкого!**



**Не грызите орехи, леденцы и другие твёрдые продукты**



**Посещайте стоматолога 2 раза в год!**



**Не чередуйте горячую и холодную пищу: зубная эмаль может потрескаться.**





# Рассказали родителям





# Выступили перед первоклассниками и дошкольной группой...



# Литература:

- Коллекционная серия «Энциклопедия дошкольника и младшего школьника»  
«Как устроен человек» №8, 2010г.
- Нил Моррис Иллюстрированная энциклопедия для 1-3 классов «Наш удивительный мир»  
Издательство: «Омега», 2009г.
- Журнал «Филя» №10, 2010г. Советы Айболита.
- Занимательный атлас «Тело человека». Издательство: «Атлас», 2007г.
- Энциклопедия для детей «Тело человека» М., «Махаон», 2004г.

# Интернет ресурсы:

- <http://www.almetyevsk.info>
- <http://newholidays.ru>
- <http://www.rusedu.ru>
- <http://www.solnet.ee>

Вопрос оказался нам по зубам!  
Здоровые зубы - и ты здоров сам!

