

# Крепкие зубы- здоровью любви



# Цель:

- Правильно научиться чистить зубы и соблюдать элементарные правила гигиены.



# Богиня здоровья Гигиеня



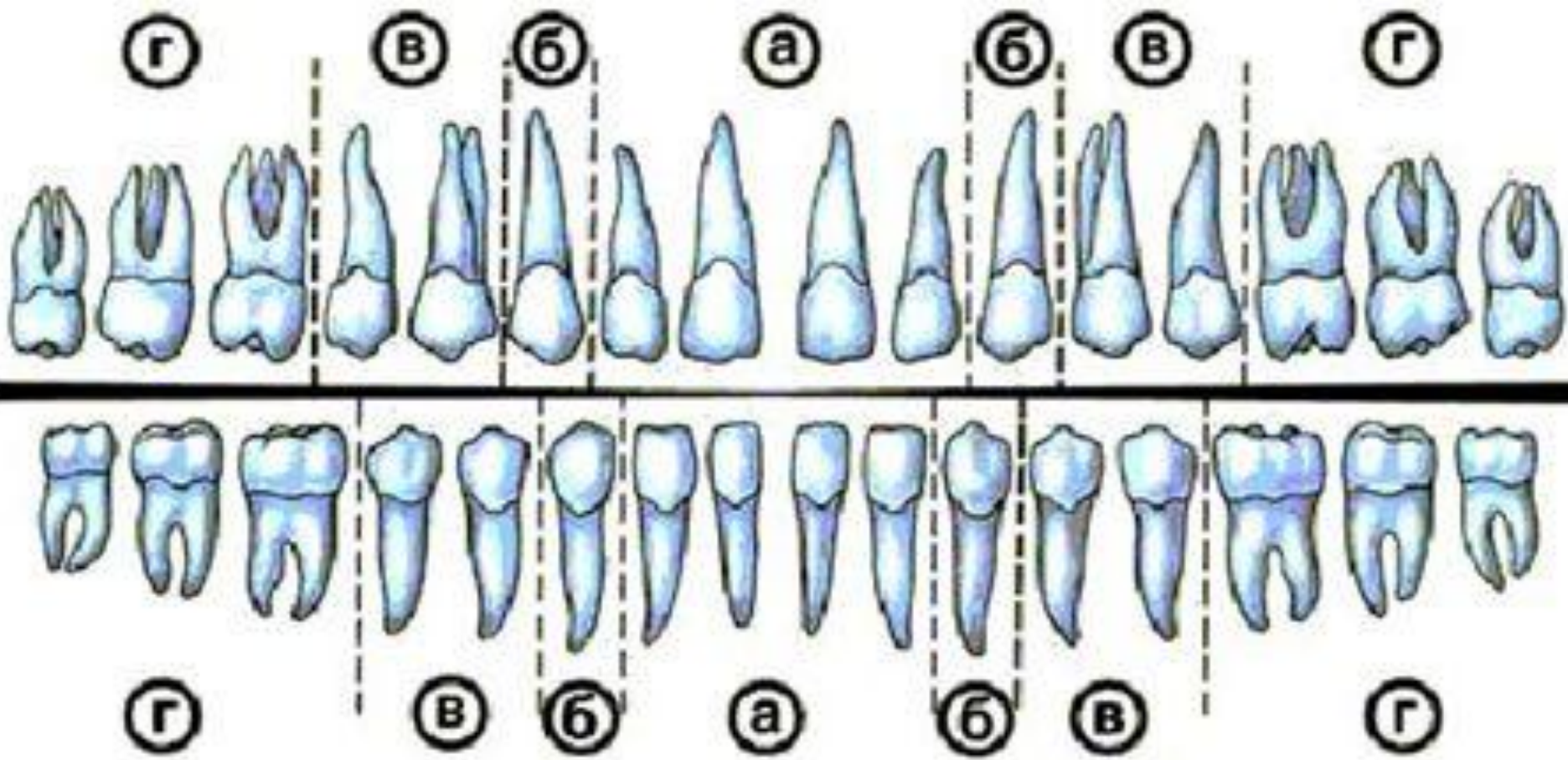




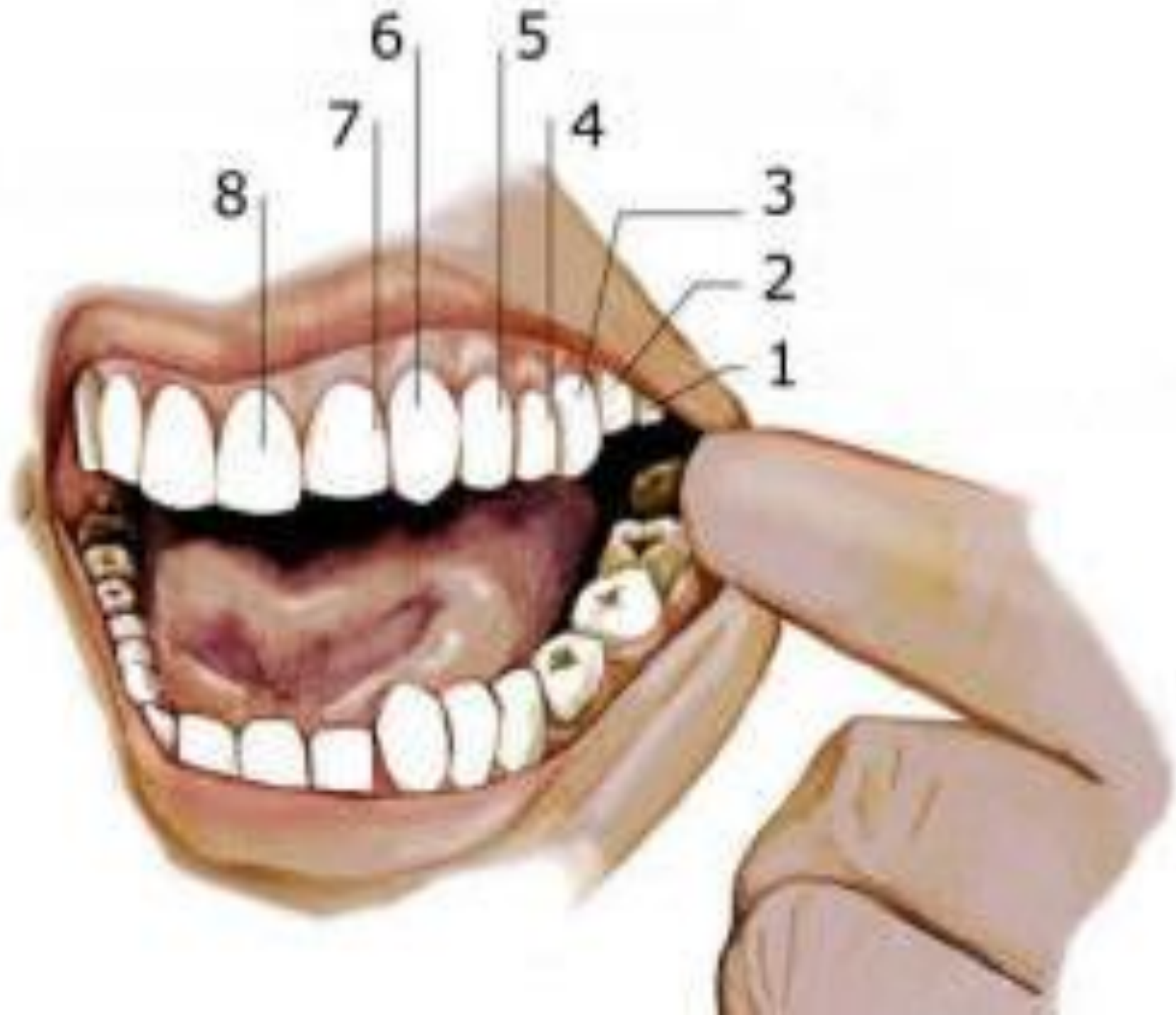


# Бобёр и его плотина

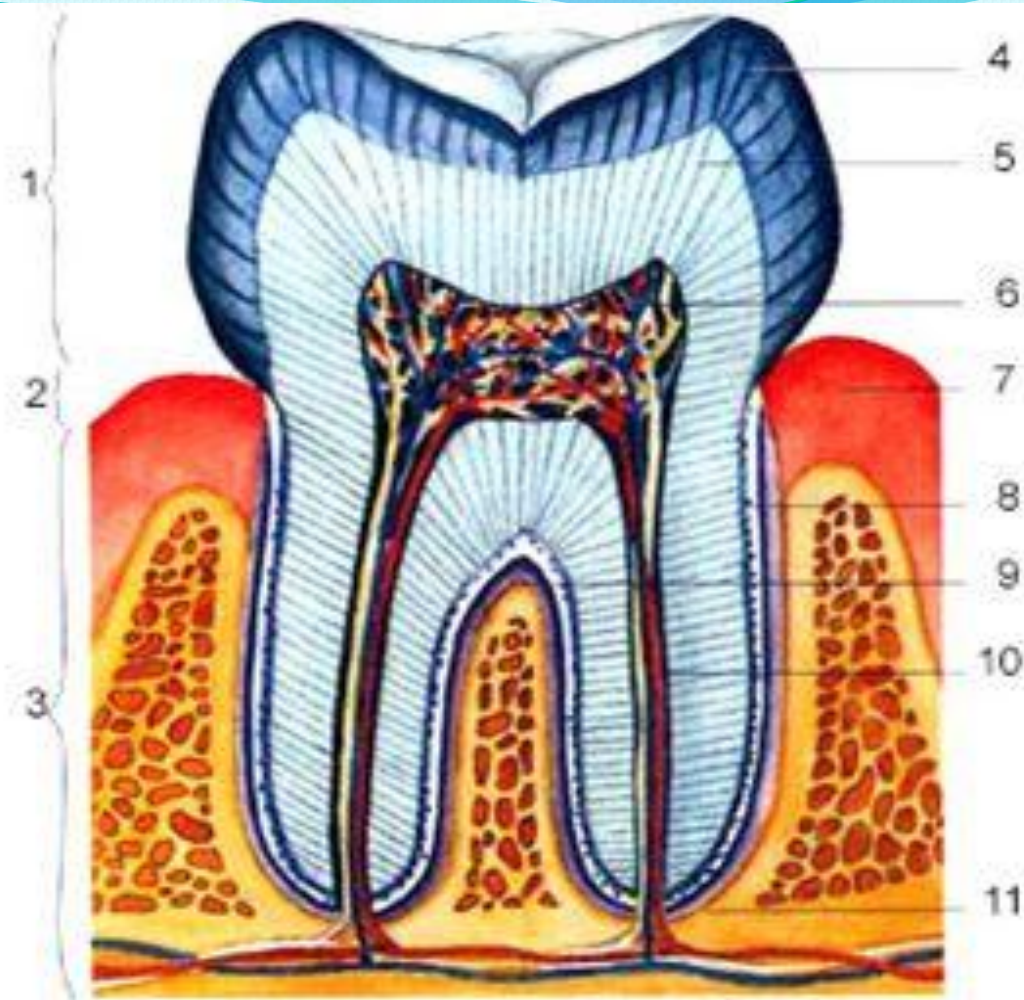








# Строение зуба



- |                          |                     |
|--------------------------|---------------------|
| 1. Коронка зуба          | 7. Десна            |
| 2. Шейка зуба            | 8. Зубной цемент    |
| 3. Корень зуба           | 9. Надкостница зуба |
| 4. Зубная эмаль          | 10. Нервы и сосуды  |
| 5. Зубная кость (дентин) | 11. Зубная альвеола |
| 6. Зубная пульпа         |                     |



Вопросы и ответы

# КАРИЕС ЗУБОВ



# кариес





● **Эмаль-** это белая и очень твердая часть зуба

**Дентин-** это желтая часть зуба, более мягкая , чем эмаль.

**Пульпа-** здесь находятся нервы и кровеносные сосуды

# Союзники кариеса- налет и черный камень





# Кто помогает кариесу разрушиться ?



# Зубные эликсиры





# Зубная паста и щётка



# Правила ухода за зубами



- Чистить зубы следует 2 раза в день (утром и вечером)
- Зубная щетка должна «ходить» не только слева направо, но и сверху вниз.
- Полоскать рот после еды.





- Не увлекаться сладким.
- Правильно питаться (больше овощей и фруктов, молочных продуктов).
- Нельзя есть одновременно холодное и горячее, или пить горячее после холодного (возникнут трещины).

- Чистить зубы пастой- это необходимое средство личной гигиены.
- Иметь свою зубную щётку, никогда не чистить зубы чужой щёткой, менять зубные щётки через 2-3 месяца
- Регулярно посещать стоматолога (2-3 раза в год).





- Не ковырять в зубах острыми металлическими предметами (булавками, иглками)
- Нельзя грызть орехи, леденцы, кости, ногти и т. д.





- Если у вас неправильный прикус, нарушается функция жевания, глотания пищи, это приводит к плохой работе желудка и кишечника. Его надо исправлять.



- Неверно распределённая нагрузка на зубы приводит к пародонтиту (заболеванию десен).



- 1. В одной комнате соседи живут, одни всё кусают, другие жуют.
- 2. Мал язык, да всем телом...
- 3. Если б не было его не сказал бы ничего.
- 4. Оля ягодки берет по две, по три штуки, а для этого нужны нашей Оле...
- 5. Меж двух светил я в середине один.

- 6. Ношу их много лет , а счету им не знаю.
- 7. Лучше один раз увидеть, чем сто раз ...
- 8. Костяная спинка,  
На спинке щетинка.  
С мятной пастой дружит,  
Нам усердно служит.

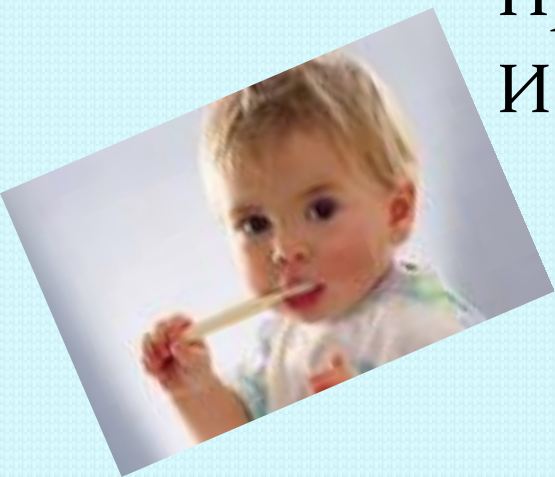
# Песенка

Чтоб зубы были белыми,  
Чтоб зубы были белыми,  
Зубную щётку сделали  
И подарили нам.



*Припев*

Представьте себе, (2 раза)  
Зубную щетку сделали.  
Представьте себе, (2 раза)  
И подарили нам.





Нам кариес не страшен,  
Нам кариес не страшен.  
Мы любим зубы наши  
И чистим их всегда.

*Привет*

Представьте себе, (2 раза)  
Мы любим зубы наши.  
Представьте себе, (2 раза)  
И чистим их всегда.

