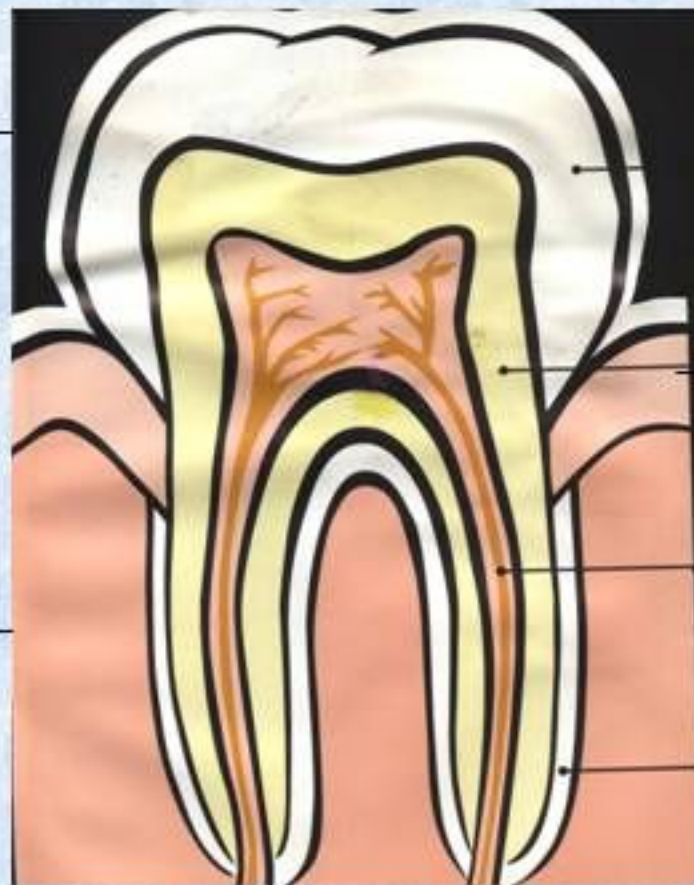


Уход за зубами.



# Строение зуба:

**Коронка**



**Эмаль**

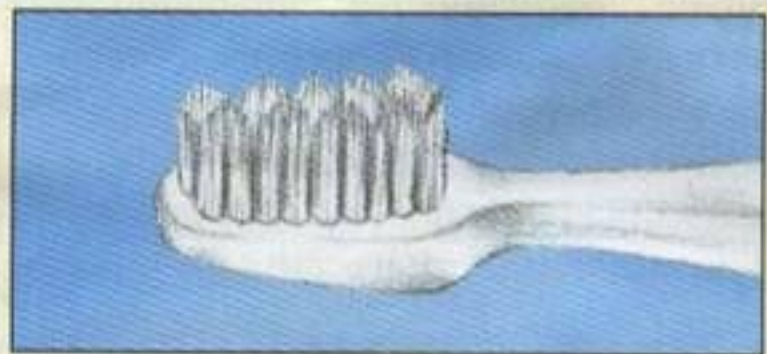
**Дентин**

**Пульпа**

**Цемент**

**Корень**

# **Выбор зубной щетки и пасты**



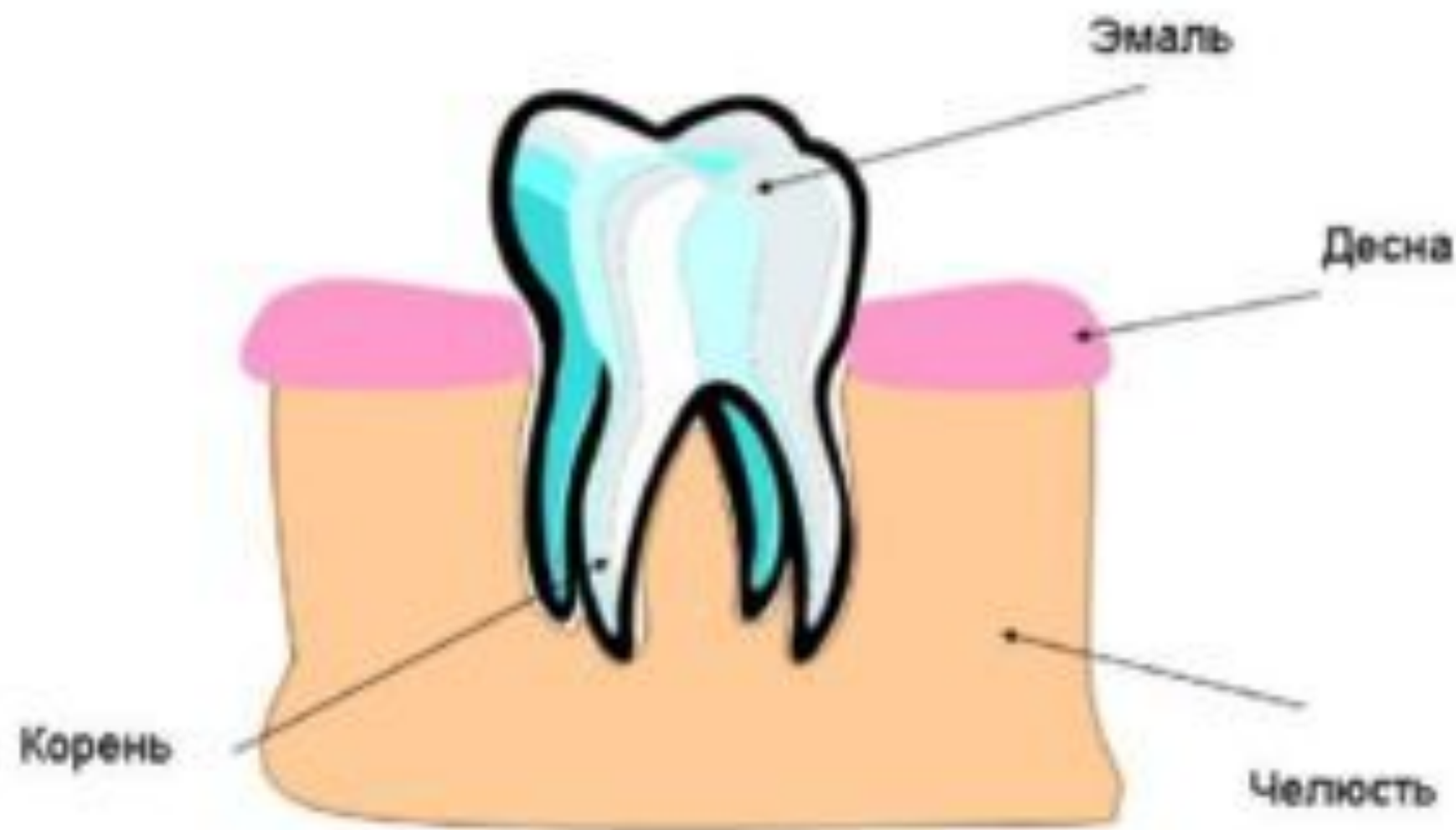
**Дети должны пользоваться маленькой зубной щеткой с нейлоновыми щетинками средней мягкости с закругленными концами.**

**Дети должны пользоваться фтористой зубной пастой. На влажную щетку выдавливают небольшое количество зубной пасты—с горошину.**





# Из чего состоят наши зубы?



# Чистим зубы правильно!!!



Зубы на внешней  
поверхности  
чистятся  
вверх



Зубы на внутренней  
поверхности  
чистятся  
вниз



Зубы между  
соседними  
чистятся  
вверх



Зубы на  
передней  
поверхности  
чистятся  
в стороны

# ПРАВИЛА чистки зубов



Производят короткие движения, располагая щетку под углом к зубу.



Зубную щетку располагают под углом к зубу и производят выметающие движения от десны к краю зуба.



# ПРАВИЛА чистки зубов



**Зубная щетка располагается вертикально, направление движения от десны к режущему краю зуба.**



**Зубную щетку располагают горизонтально и производят движения вперед-назад.**

# ПРАВИЛА чистки зубов



Заканчивают чистку зубов круговыми движениями щетки с захватом зубов и десен при сомкнутых челюстях.



Зубы в стадии прорезывания чистят горизонтальными движениями вперед-назад.

# Не все пасты одинаковы



Пользуйтесь детскими зубными пастами, которые не только удаляют налет, но и оказывают лечебное воздействие на зубы и десны. Например, специальные детские зубные пасты нового поколения **Аргодент Море** - с водорослями от зубного камня и **Аргодент Хвоя** — зубная паста с фитонцидами, очищает зубы от зубного налета. Уменьшает кровоточивость десен.

# **ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ от бабушки Варвары**



- **Употребляй в пищу больше сырых фруктов и овощей (грызи морковку, яблоки, репку).**
- **Зубам полезен витамин D, а он есть в рыбе, яйце, молоке. Каждый день выпивай стакан молока.**
- **Для зубов полезен чёрный хлеб и твердый сыр.**

# ГИГИЕНА ЗУБОВ

- **Чисти зубы только зубной щёткой и обязательно чистой.**
- **Зубную щетку меняй каждые 3 месяца.**
- **Чисти их в течение трёх минут**
- **Чисти зубы с внешней и с внутренней стороны круговыми движениями и движениями сверху вниз**
- **Чисти зубы зубной пастой, зубным порошком два раза в день.**
- **После приёма пищи полощи рот кипяченой водой**
- **Посещай стоматолога каждые полгода.**

