



Почему так  
важно  
ЧИСТИТЬ зубы

❖ Я убедился, что для здоровья зубов недостаточно полагаться только на зубную пасту.

❖ Мой совет: регулярно чистите зубы, ешьте продукты, богатые кальцием ( творог, сыр, йогурт) и посещайте стоматолога два раза в год!



**Цель исследования:** выяснить почему так важно ухаживать за зубами соблюдая несколько важных правил.

**Задачи исследования:**

- ★ Выяснить, умеют ли ребята соблюдать гигиену з.
- ★ Узнать, что такое кариес
- ★ Определить правила ухода за зубами



## Актуальность темы

определяется тем, что в настоящее время правильная и регулярная чистка зубов помогает избегать заболеваний зубов, от здоровья зубов зависит качество пережевывания пищи и красота улыбки, а от чистоты зубов зависит наше здоровье.



# Основная причина возникновения кариеса - образование зубного налета:

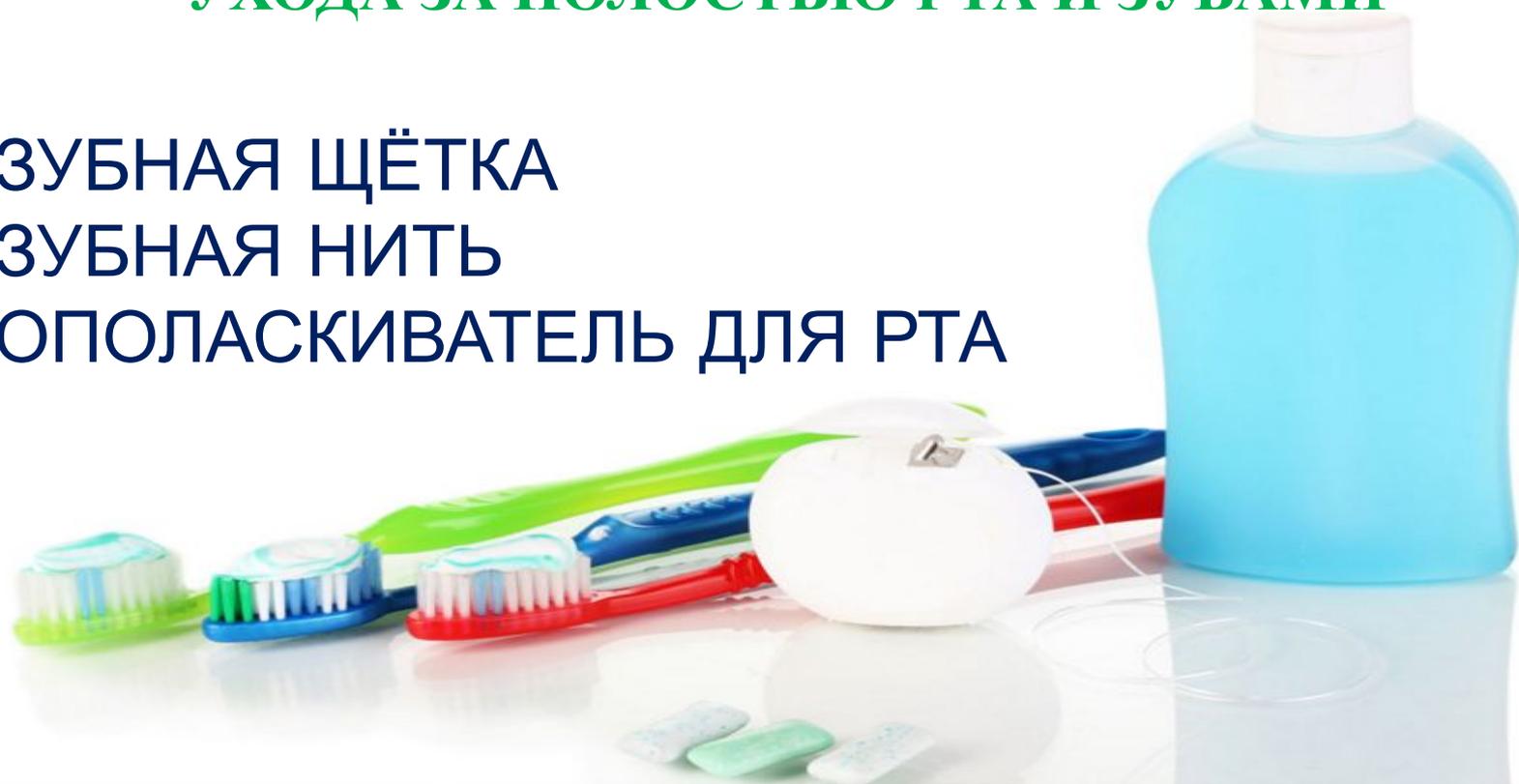
1. Прежде всего, из-за недостаточной гигиены полости рта

2. Чрезмерного употребления сахаросодержащих продуктов.

Предложить конкурс  
детского рисунка  
Чтобы не встретиться с  
КАРИЕСОМ

# ГИГИЕНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ДЛЯ УХОДА ЗА ПОЛОСТЬЮ РТА И ЗУБАМИ

ЗУБНАЯ ЩЁТКА  
ЗУБНАЯ НИТЬ  
ОПОЛАСКИВАТЕЛЬ ДЛЯ РТА



# \* Причины кариеса

- \* Плохая гигиена полости рта.
- \* Неправильное питание.
- \* Недостаток витаминов.

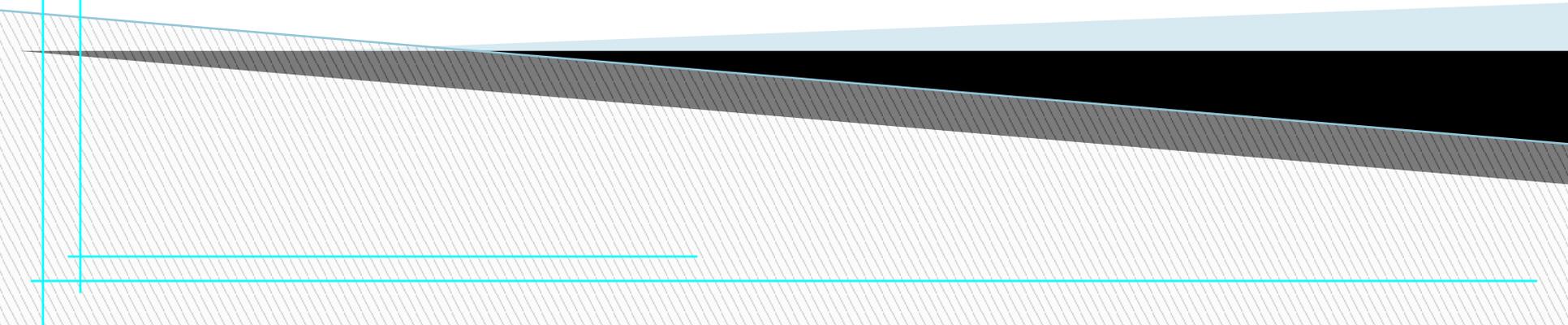


# Зубные нити (флоссы)

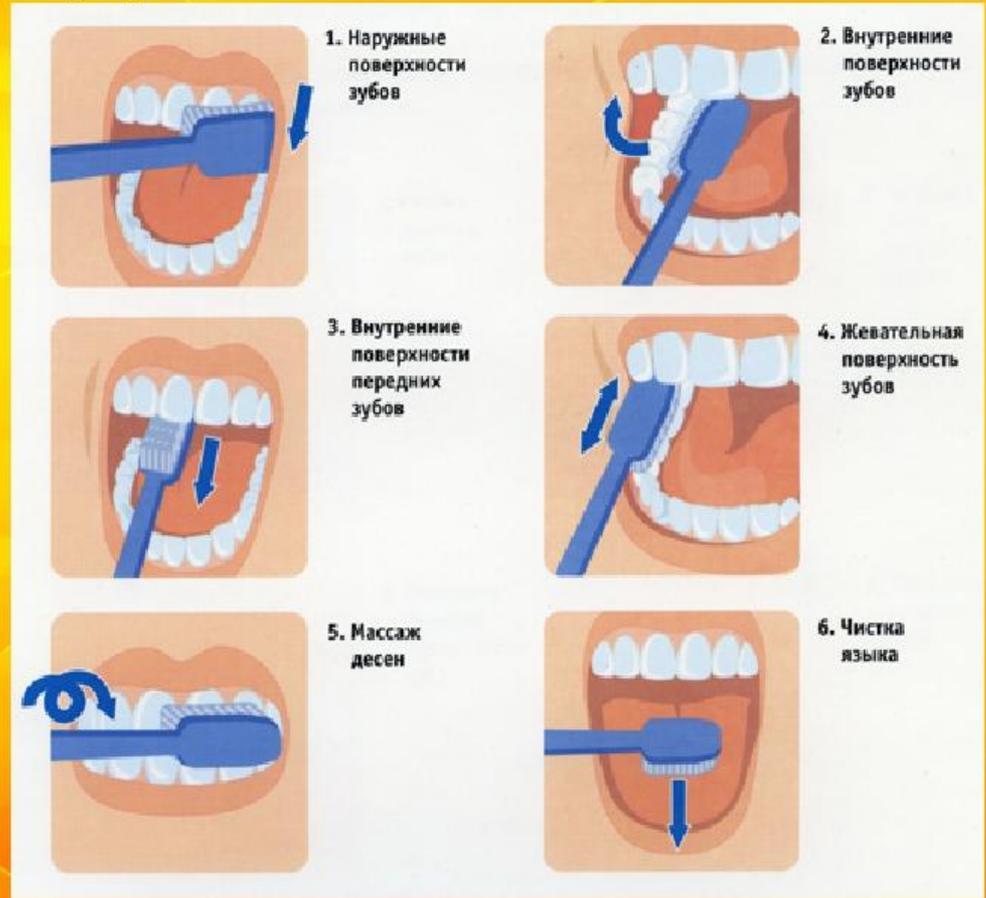
- ❶ Предназначены для тщательного удаления зубного налета и остатков пищи с труднодоступных для щетки контактных поверхностей зубов.
- ❷ Изготавливают из специальных синтетических волокон. Могут быть воощены и не воощены, круглыми и плоскими, иногда с ментоловой пропиткой.
- ❸ Не воощенные нити тоньше и легче продвигаются при близко расположенных контактных пунктах, однако при скученности зубов, большом количестве зубного камня или нависающих краев пломб лучше использовать воощенные нити.



**В опросе приняли участие  
учащиеся 5 б и 1а класса школы  
№4 г.Углич**

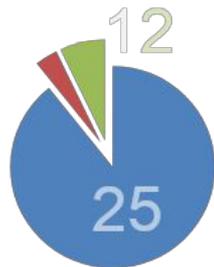


# Зубы необходимо чистить правильно

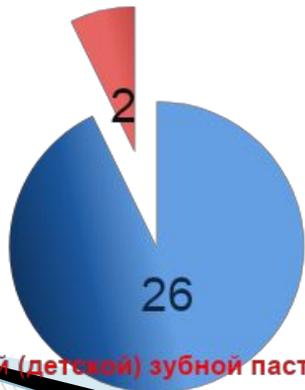


# По данным проведенного исследования выявлено:

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

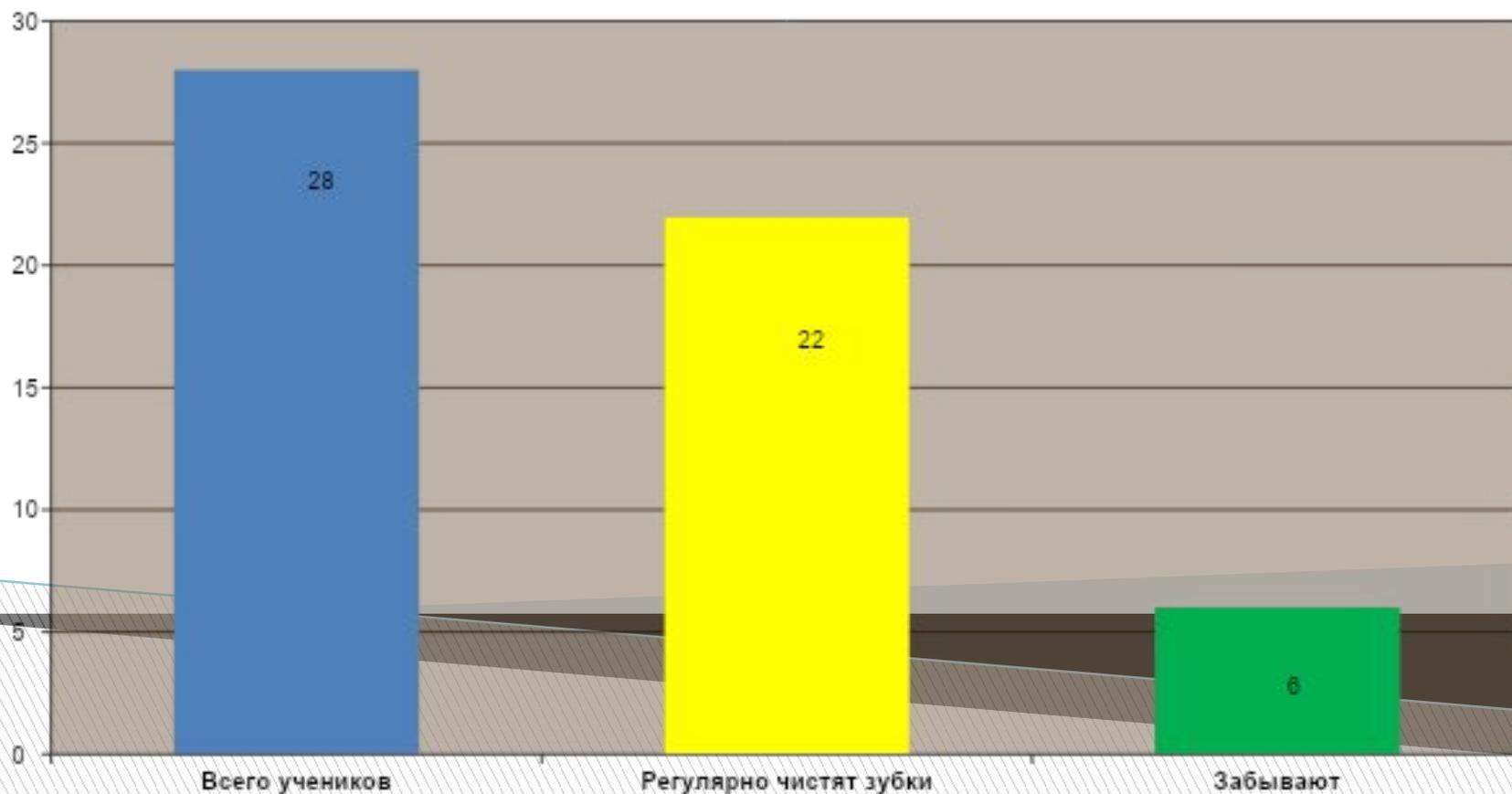


Какими зубными пастами  
пользуются ученики?



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

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



# Главный вывод, который я сделал:

что правильно ухаживать за своими зубами, это очень важно для моего здоровья!  
Что здоровье зубов зависит от нас, от того, насколько правильно мы за ними ухаживаем.

**Помни: больной зуб — входные  
ворота для микробов.  
Приходить на осмотр к стоматологу  
надо до того,  
как заболели зубы.**

**Спасибо за  
внимание!**

