

Уход за зубами



План презентации:



- Зачем мы чистим зубы
- Как правильно чистить зубы
- Профилактика кариеса

Зачем мы чистим зубы?

На зубах после еды образуется налёт из микробов и остатков еды.

Частички пищи начинают гнить.

Появляется кариес.





ВВАТЬ.
ТРАВИЛЬНО
И, ЗА НИМИ
И ЗУБКИ НЕ

Как правильно чистить зубы?



Чистим 2 раза в день: утром и перед сном(5 мин.)

Сначала чистим внутреннюю поверхность верхней челюсти сверху вниз, затем наружную сторону и жевательную поверхность. В такой же последовательности обрабатывают нижнюю челюсть снизу вверх.

Как пользоваться зубной нитью.



Основная цель применения зубных нитей(флоссов)-тщательное удаление с труднодоступных боковых поверхностей зубов налёта и остатков пищи.

Спинку языка очищают мягкими скре-



бущими движениями щёт-
ки в направлении от кор-
ня языка к кончику. После
окончания чистки зубов

следует тщательно прополоскать рот
питьевой водой.

Если будешь соблюдать следующие правила:

- Чистить зубы 2 раза в день(утром и вечером);
- Употреблять различные продукты(супы, овощи, фрукты, орехи, рыбу, мясо, молочные продукты);
- Посещать стоматолога 2 раза в год,



Такая улыбка вам беспечена.

Использованная литература:

- Е.П.Фефилова, Е.А.Поторочина, О.И.Дмитриева «Поурочные разработки по курсу «Окружающий мир», 1 кл., Москва, «ВАКО», 2007г.
- А.А.Плешаков «Мир вокруг нас», 1 кл., Москва, «Просвещение», 2006г.
- www.gifpark.ru