

Муниципальное автономное дошкольное образование
Учреждение детский сад комбинированного вида №1 «Сказка»
Города Белореченска муниципального образования Белореченский район
(МАДОУ Д/С 1)

Консультация для родителей

Здоровье детских зубов у дошколят в раннем возрасте



Подготовила воспитатель младшей группы:

Макаренко А.С.

Консультация для родителей «Здоровье детских зубов» в первой младшей группе

Уважаемые родители!

Сегодня мы хотим поговорить о важности заботы о здоровье детских зубов с самого раннего возраста. В 1 младшей группе детского сада мы уделяем этому вопросу особое внимание.

Состояние зубов и дёсен вашего ребёнка зависит не только от наследственности, но и от правильного ухода за ними с самого начала. Молочные зубы играют важную роль в развитии и формировании челюсти, поэтому их потеря может привести к проблемам в будущем.

Кариес и болезни дёсен не только влияют на состояние полости рта, но и могут вызвать нарушение развития всего организма и возникновение заболеваний различных органов и систем.

Для сохранения здоровья зубов и полости рта необходимо:

чистить зубы два раза в день, соблюдая правильную технику чистки зубов;
хотя бы один раз в день чистить зубы флоссом (*зубной нитью*) для очищения межзубных промежутков;

посещать стоматолога минимум два раза в год;

вести здоровый образ жизни.

Зубы ребенку надо чистить щетками с очень мягкой щетиной, которая специально разработана для детей. В настоящее время многие щетки имеют интересный дизайн, чтобы привлечь ребенка. Можно пользоваться электрическими щетками для детей. Такая щетка может показаться ребенку более привлекательной и являться стимулом для более тщательного проведения процедуры чистки зубов. Убедитесь, что вы выбираете размер щетки с учетом возраста вашего ребенка. Меняйте зубную щетку ребенка каждые 3 месяца или ранее, если на щетке появились признаки износа.

Не разрешайте детям пользоваться чужими зубными щетками.

Грамотно организованный прием пищи, с тщательным подбором соответствующих продуктов, является основой белоснежной улыбки ваших детей в будущем. Ни в коем случае не давайте ребенку только мягкую пищу: каши, булочки, печенье, кисели. В период роста зубов дети стремятся жевать беспрерывно. Не запрещайте им это, зубам нужна нагрузка. Давайте ребенку жевать черствый хлеб, желательно черный, овощи, фрукты. Девяносто процентов детей на 5-6 году имеют кариес. Причины очевидны: много едят сладкого, а также

рафинированных продуктов. Таких как: рафинированное масло, очищенные крупы, белая мука высшего сорта, белый хлеб. Привычка быстро проглотить пищу без пережевывания и запивание ее водой, либо другой жидкостью замедляет слюноотделение, что тоже ведет к развитию кариеса. Так же причиной кариеса являются недостаток витаминов В,Д,С,; солей кальция, фтора, фосфора при котором нарушается минеральный и белковый обмен в организме, что отрицательно отражается на прочности зубов.

Помните, что регулярный и тщательный уход за зубами и дёснами вашего ребёнка с самого раннего возраста поможет сохранить их здоровыми на всю жизнь.