

ПАМЯТКА для родителей



Соблюдайте режим приема пищи (не чаще 5–6 раз в день) и ограничение сладостей в питании детей



Регулярно тщательно чистите зубы 2 раза в день с использованием фторсодержащей зубной пасты



Регулярное посещение стоматолога с целью профилактики основных стоматологических заболеваний

В возрасте 6–12 лет на смену молочным приходят постоянные зубы. Активное проведение мер профилактики стоматологических заболеваний позволит вырасти зубам Вашего ребенка здоровыми и ровными.



Контактный телефон:
8 (0162) 53 82 05
21 56 04

УЗ Брестская областная стоматологическая поликлиника
при издании использованные методические рекомендации МЗ РБ.
№70 от 31.01.2018 тираж 100, 2018 год



**О ПРОФИЛАКТИКЕ
СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ
ЗАБОЛЕВАНИЙ**

у детей
ШКОЛЬНОГО
возраста



Частота приема пищи не должна превышать 5–6 раз в день. В ежедневный рацион ребенка обязательно следует включать молочные продукты, каши, мясо, рыбу, овощи и фрукты. В качестве промежуточного приема пищи лучше использовать бутерброды с сыром, йогурт, орехи, несладкие фрукты и овощи. Особенно вредно для зубов употребление сладостей между основными приемами пищи.



Особое внимание следует уделять ежедневной тщательной гигиене полости рта при помощи зубной щетки и фторсодержащей зубной пасты. Для очищения боковых поверхностей зубов, недоступных зубной щетке, следует использовать зубную нить. Гигиенический уход за полостью рта ребенок осуществляет самостоятельно, а родители постоянно контролируют качество очищения зубов от зубного налета.



Следует поощрять участие ребенка в проводимых в школе профилактических мероприятиях, таких как контролируемая чистка и покрытие зубов фторлаком.



Посещайте с ребенком стоматолога два раза в год для выявления факторов риска стоматологических заболеваний и назначения профилактических мероприятий, а в случае необходимости проведения своевременного лечения. Сразу же после прорезывания у ребенка вторых постоянных жевательных зубов (обычно в 12–13 лет) следует обратиться к стоматологу для проведения их профилактической защиты от кариеса.



Мотивируйте ребенка к регулярному посещению стоматолога, так как это позволит ему не испытывать зубной боли.