Профилактика кариеса у детей

Что делает нашу улыбку такой красивой?

Конечно же Зубы.

- Белые, здоровые, чистые, ровные.

Какие они?

- Гладкие, твердые, крепкие.

Для чего же нам нужны зубы?

- Жевать, кусать, грызть; красиво улыбаться, правильно говорить

Давайте вспомним, что же такое кариес?

Кариес - это патологический процесс, вследствие чего происходит разрушение зуба изнутри.

Почему же он появляется?

- Плохая гигиена полости рта
- Несбалансированное питание
- Плотно расположенные зубы
- Недостаток полезных веществ

Злой разбойник кариес
У детей он зубы ест
Зубы ровные, кривые,
И клыки, и коренные.
Днем и ночью — ест-ест-ест
Злой разбойник кариес.

Главная причина образования кариеса у детей – плохая гигиена полости рта и большое употребление сладостей

Особенно вредны сладости, которые прилипают к зубам.

Ну как же без сладкого? Конфеты ведь такие вкусные! Но из-за них начинается кариес, зубы разрушаются и начинают болеть.

Открыть секрет, как правильно есть конфеты и другие сладости, чтобы не навредить зубам?

Чтобы конфеты и печенье не испортили зубки, сладкое можно есть только во время еды, например, после завтрака или ужина и после этого сразу чистить зубы!

Какие же продукты полезны для зубов?

- Свежие овощи, фрукты
- Молочные продукты
- Орехи
- Крупы

Чтобы зубы не болели, о них надо правильно заботиться.

Зубная паста и зубная щетка нам нужны, чтобы чистить зубы , чтобы улыбка была красивая! Чтобы зубы были здоровыми!

При правильном уходе, употребляя в пищу полезные продукты, ваша улыбка останется красивой, а зубы здоровыми!

Как же правильно чистить зубы?

Сначала нужно вымыть руки и зубную щетку, выдавить на щетку горошину зубной пасты, нанести пасту на все зубы, чистить зубы по порядку, а для того что бы почистить передние зубы, правильно поверните щетку (под прямым углом). После того как со всех сторон вы почистили зубы, прополощите рот, помойте зубную щетку и поставьте ее в стаканчик .

Здоровые зубы -
залог здоровья
Чтобы зубы
не болели
И блестели
как мои,
Щеткой чисти,
встав с постели
Каждый зуб
минуты три!
Чистим зубы
дважды в сутки,
Чистим долго:
три минутки,
Щеткой чистой,
не лохматой,
Пастой вкусной,
ароматной.
Мы чистим, чистим зубы
И весело живем.
А тем, кто их не чистит,
Мы песенку поем:
Эй, давай не зевай,
О зубах не забывай,
Снизу-вверх, сверху-вниз
Чистить зубы не ленись.
Если б зубы
вдруг могли говорить,
То они б нас
начали учить:
«Ты нас чисти, чисти,
чисти, не спеши,
И снаружи, и внутри нас
почеши».

Итак, ребята, сегодня мы с вами запомнили, какие продукты полезные, заучили, что зубки надо чистить очень тщательно 2 раза в день щеткой и пастой, что после еды ротик нужно полоскать, сладкое можно есть только во время еды! А еще не забывайте показывать зубки стоматологу!

Спасибо за внимание!