



АХМЕТ ЯСАУИ  
УНИВЕРСИТЕТИ

# Қ.А.Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті



Қабылдаған: **Усентаев Ф**  
Орындаған: **Бахрам Ә**  
Тобы: **СТК-330**

# Тақырыбы:

**Тістерді ағарту бойынша  
проблемаға негізделген оқыту**



# Жоспар:



**I. Негізгі бөлім**

**II Кіріспе бөлім**

1. Тісті зиянсыз әдіспен қалай ағарту
2. Тісті ағарту сатылары
3. Үй жағдайында ағарту

**III. Қорытынды бөлім**

**IV Пайдалынған әдебиеттер**

Тісті зиянсыз әдіспен қалай ағартуға болады  
Бүгінде ауыз қуысының тазалығына арналған заманауи нарық кез-келген мәселені шешіп беретіндей. Голливудтық күлкі мен аппақ қардай тісті армандап жүрсіз бе? Қалағаныңызға қарай әртүрлі ағартатын тіс пасталары қазіргі кезде көп. Бірақ кей жағдайда, тісті ағартатын пасталардың өзі ағартуға күші жетпейді.

Ағартатын тіс пасталарының әсер ету механизімі қалай?

Айтып кеткендей, бұл пасталар, басқа құралдар сияқты тіс түсін ағарта алмайды. Кез-келген тіс пастасы эмальға көбіне механикалық түрде әсер етеді және аз деңгейде – химиялық, емдік және басқалай әсер етеді. Кейбір жағдайларда, ағартатын тіс пасталарын жиі қолданса, тіс шынында ағырақ көрінуі мүмкін. Алайда бұл ағарту салдарынан емес, сол баяғы механикалық ағартудан іске асады.

Тек кәсіби ағарту ғана тістің түсін ағырақ ете алатынын білген жөн. Ол кабинетте, яғни стоматолог дәрігердің нұсқаулығымен ұсынылған дәрі — дәрмектердің көмегімен үйде жасалатын болып екіге бөлінеді. Кабинеттік кәсіби ағарту химиялық, лазерлік және фотоағарту болып бөлінеді. Негізінде оның бәрі химиялық болып табылады, себебі басты әсер ететін компонент өзгермейді — бұл сутек тотығына негізделген қоспа. Бірақ, бірінші жағдайда әсер ету катализаторсыз жүреді, ал екінші жағдайда қоспа әсері лазер сәулесімен катализденеді, ал үшінші жағдайда жарықпен.+ Тістерді ағарту мөлдір болып келетін эмальға емес, тереңірек тіс тіңі дентинге әсер ету есебінен жүреді. Тісіңіздің түсі эмаль арқылы көрініп тұратын дәл осы дентиннің реңкіне байланысты. Дентин табиғатынан ешқашан ақ болмайды. Әдетте оның түсі ашық-сары мен қошқыл — сары арасында ауытқып тұрады, сонымен қатар сұр немесе алқызыл болуы мүмкін. Кәсіби ағартудың мақсаты дентинді өңсіздендіру болып табылады.



## Тісті ағарту сатылары

Денсаулыққа зиян келтірмей тісті қалай ағартуға болады?

Біріншіден мәселені анықтап алу керек: тістеріңіз ненің себебінен жеткілікті түрде ақ емес? Бәлкім тісіңіз ағырақ көріну үшін сізге дентиннің реңкімен эмальдың мөлдірлік деңгейіне кәсіби гигиенаның өзі жеткілікті болатын шығар.+ Егер боялған тістің жұқа қабатын кетірген соң да тісіңіздің түсі көңіліңізден шықпаса стоматологқа бару керек. Ол ағартудың оңтайлы жүйесін таңдайды. Алайда кейбір жағдайларда тіпті кәсіби ағарту да көмектеспейтінін ескеру керек. Дәрігер бұны сізге алдын ала ескертеді, мысалы егер сізде тетрациклинді тіс болса.

Егер ағарту мәселесі қатты маңызды болса, онда мұндай жағдайда ақырғы шара – виниринг болады. Винирлер мен люминирлер – бұл алдыңғы және үстіңгі тістерге салынатын, алынбайтын жұқа керамикалық қаптама. Олар ағартып қана қоймай, тіс қатарындағы болмашы кедір-бұдырды және тіс арасының кеңеюін түзейді.

## Тіс эмалін белсендірілген көмір мен ас содасының көмегімен ағарту

Ертеректегі тісті ағартудың ең кең таралған әдістерінің бірі. Ең алдымен, белсендірілген көмірді майдалап, үгіту керек. Дайын болған ұнтаққа тіс пастасын қосып қолдануға болады немесе ұнтақтың өзін ғана қолдануға болады. Сонымен тісті үйкеп, тазалайсыз. Бұл әдісті аптасына бір рет бір ай жасасаңыз, нәтижесін байқайсыз.





## Сутек тотығы тісті ағартудың ең қарапайым құралдарының бірі

Дәріханаларда сутек тотығымен жасалған тіс ағартатын арнайы гель бар. Сіздер тіс ағартуға сол гелді сатып ала аласыздар немесе кәдімгі сутек тотығын қолдансаңыздар да болады. Бұл әдістің тиімділігі тіске қаншалықты жиі қолдануыңызға және тісіңіздің табиғи түсіне байланысты.

Сутек тотығымен тіс ағартудың бірнеше нұсқалары:

Мақта тампонын сутек тотығына малып, тісіңізді сәл үйкеп, сүртіңіз. Содан соң, тіс пастасымен тісіңізді тазалап, артынан жылы сумен шайыңыз.

Алдымен тісіңізді тазартып алыңыз. Содан соң, 1/3 стакан суға 25 тамшы сутек тотығын тамызып, араластырып, тісіңізге тигізіп, аузыңызды шайыңыз. Артынан аузыңызды таза, жылы сумен шайып жіберіңіз.





Соңғы жылдары тіс ағартудың ең белгілі құралдарының бірі - шай ағашының майы болып табылады. Ол тісті тек ағартып қана қоймай, зарарсыздандыратын қасиеті болғандықтан, ауыз қуысын түрлі ауру туғызатын бактериялардан қорғайды. Бұл құралдың басқа тіс ағартушы құралдардан артықшылығы – тіс эмалін құртпай, қызыл иекті қабындырмай, керісінше, тыныштандыруында.

### **Шай ағашының майымен тісімізді ағартамыз**

Тісті күнделікті тазалаудан бастайсыз. Содан соң тісіңізді тіс щеткасына 2 тамшы 100%-дық шай ағашының майын тамызып, қайта тазалайсыз. Осы кезде ауыз қуысының ұйып, жансыздануын сезінесіз. Артынан майдың иісінен арылу үшін міндетті түрде аузыңызды су мен лимон шырынының қоспасымен шайып жіберіңіз. Нәтижесін тез көруге асықпаңыз. Шынайы нәтижеге қол жеткізу үшін, тісті шай ағашының майымен бір ай бойы тазалау керек. Нәтижесінде тек әдемі тістерді иемденіп қана қоймай, қызыл иектің қанауы мен тістегі тастардан құтылғаныңызды көруіңізге болады.

## Үй жағдайындағы тісті ағартудың заманауи мүмкіндіктері

Үй жағдайында тісті ағартудың бірден-бір заманауи құралы – капа. Оны стоматологиялық клиникаларға тапсырыс беріп, қол жеткізуге болады немесе дәріханалардан сатып алуға болады.

Капаның жанында тіс ағартушы арнайы гелі болады. Тісіңіз біршама ағару үшін капаны күніне бір сағат қолдануыңыз жеткілікті. Капа мен гелді 2-3 апта қолданған жөн. Тістеріңізді ағартуға бұл әдістердің қайсысын қолдансаңыздар да толық нәтижеге қол жеткізу үшін, кофе, қою қара шай, қанық шырындар секілді бояуы көп тағамдарды аз қолдануды есте сақтаңыздар. Әсіресе, шылым шегу тістің ақ түсін жоғалтып, сарғаюына әкеледі



Қорытындылай келе, Әдемі тіс – адам көркі. Көркімізді барынша күте білейік!

Бәріміз тісіміздің ақ, күлкіміздің әдемі болғанын қалаймыз, Әрине, ол үшін әрдайым тіс күтімін жасау керек.

Әдемі күлкінің ең басты құрауыштарының бірі – тіс эмалінің түсі. Тіс эмалі ақ болған сайын, тістеріңіз жарқырап көрінеді, ал күлкіңіз тартымды бола түседі. Тіс дәрігеріне баруға уақытыңыз жетіспесе не қаржылай қиындық туса, тісіңізді үй жағдайында да ағартып алуыңызға әбден болады

## **Пайдаланылған әдебиет:**

С.Р.Рузиддинов, А.А.Седунов,  
И.Ә.Құлманбетов, Ю.С.Лобанов -  
Ортопедиялық стоматология  
пропедевтикасы



НАЗАРЛАРЫҢЫЗҒА  
ҮЛКЕН РАХМЕТ