

Здоровей-ка



Зубы и уход за ними



Цель :

*Выяснить, почему и как
нужно ухаживать за зубами.*

Задачи:

Познакомиться с видами зубов.



Узнать, почему болят наши зубы.

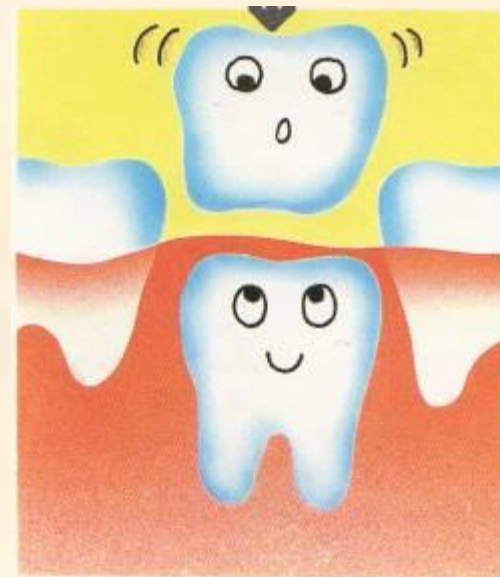
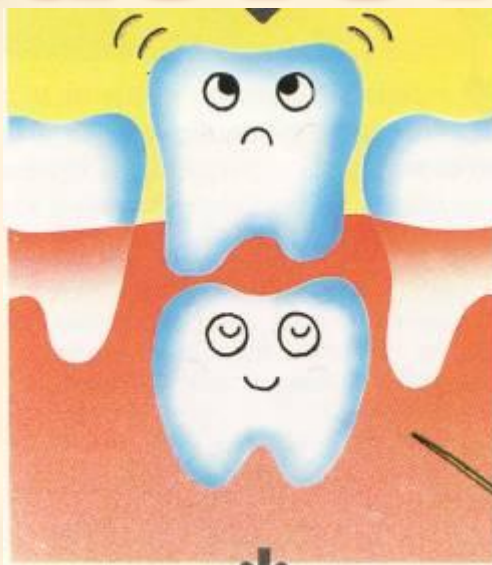
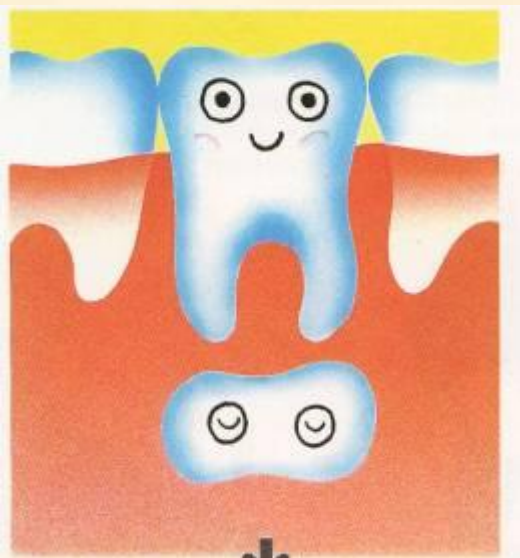
Научиться правильно ухаживать
за зубами.

**«Хорошие зубы - залог
здоровья!»**

Так

растёт

зуб.



Давайте посчитаем наши зубы

У взрослых больше зубов,
чем у детей. (Конечно,
если все зубы целы).



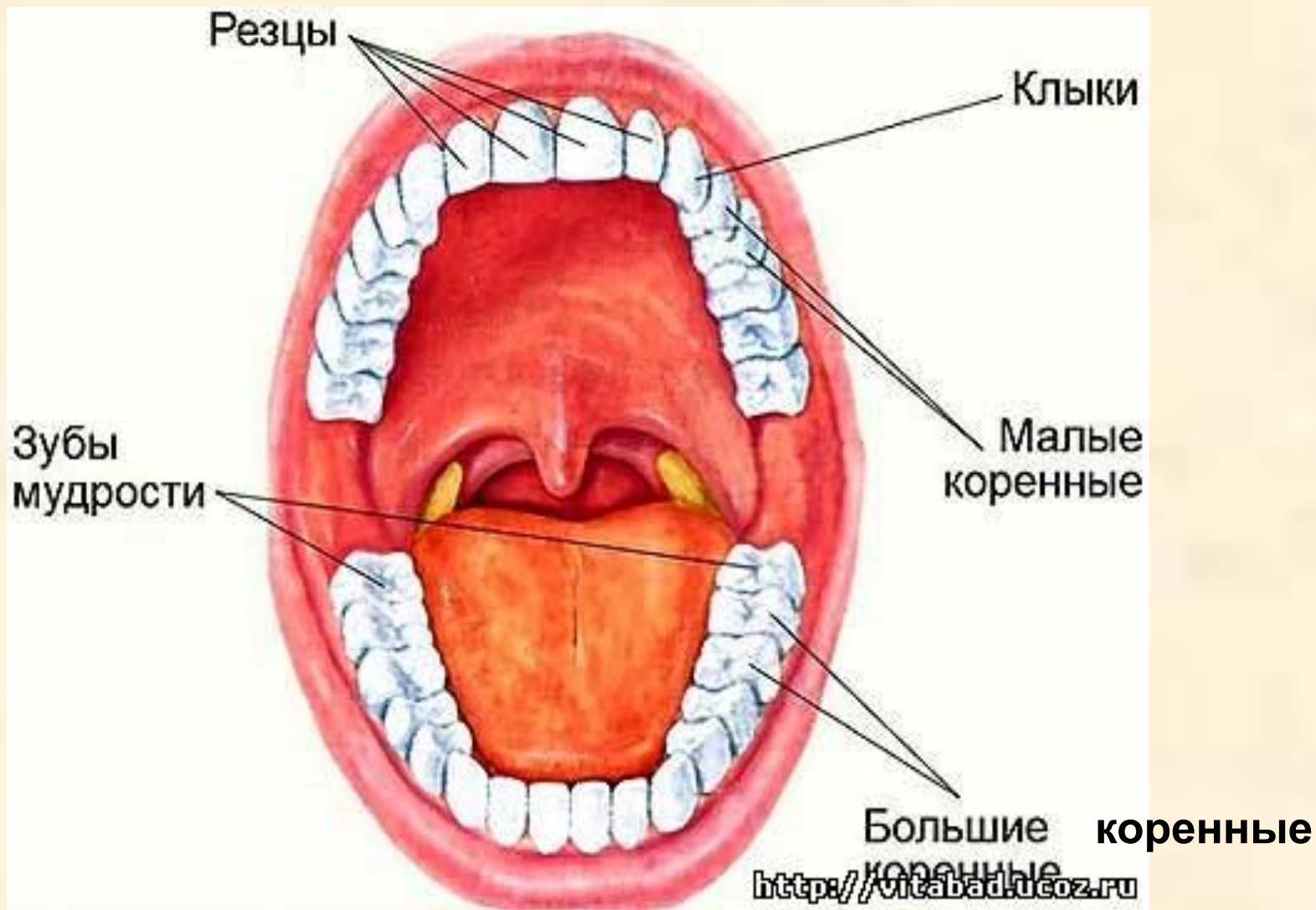
Детские зубы

У детей всего-навсего 20 зубов.
Да и те молочные. И появляются
они (или, как говорят, прорезыва-
ются) далеко не сразу.



Взрослые зубы

У взрослых всего 32 зуба: по 8 зу-
бов справа и слева от середины на
верхней челюсти и столько же
зубов на нижней челюсти.



Физминутка.



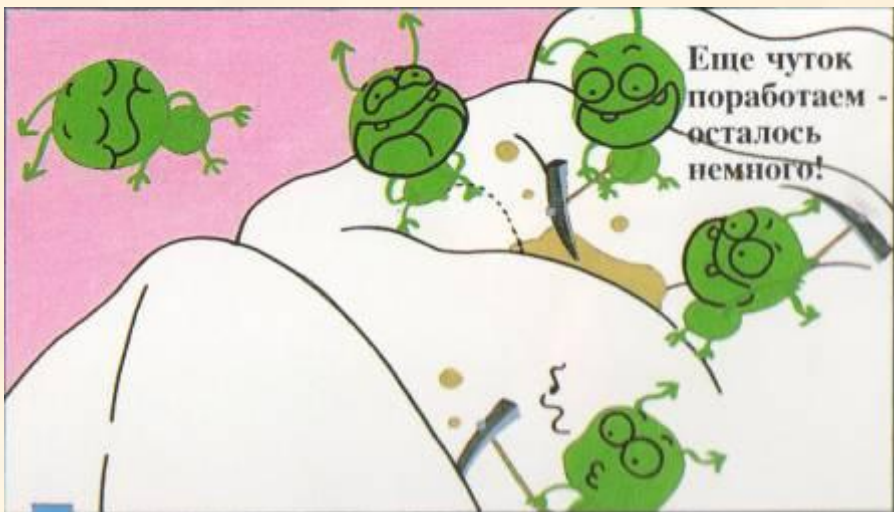
Почему болят зубы?



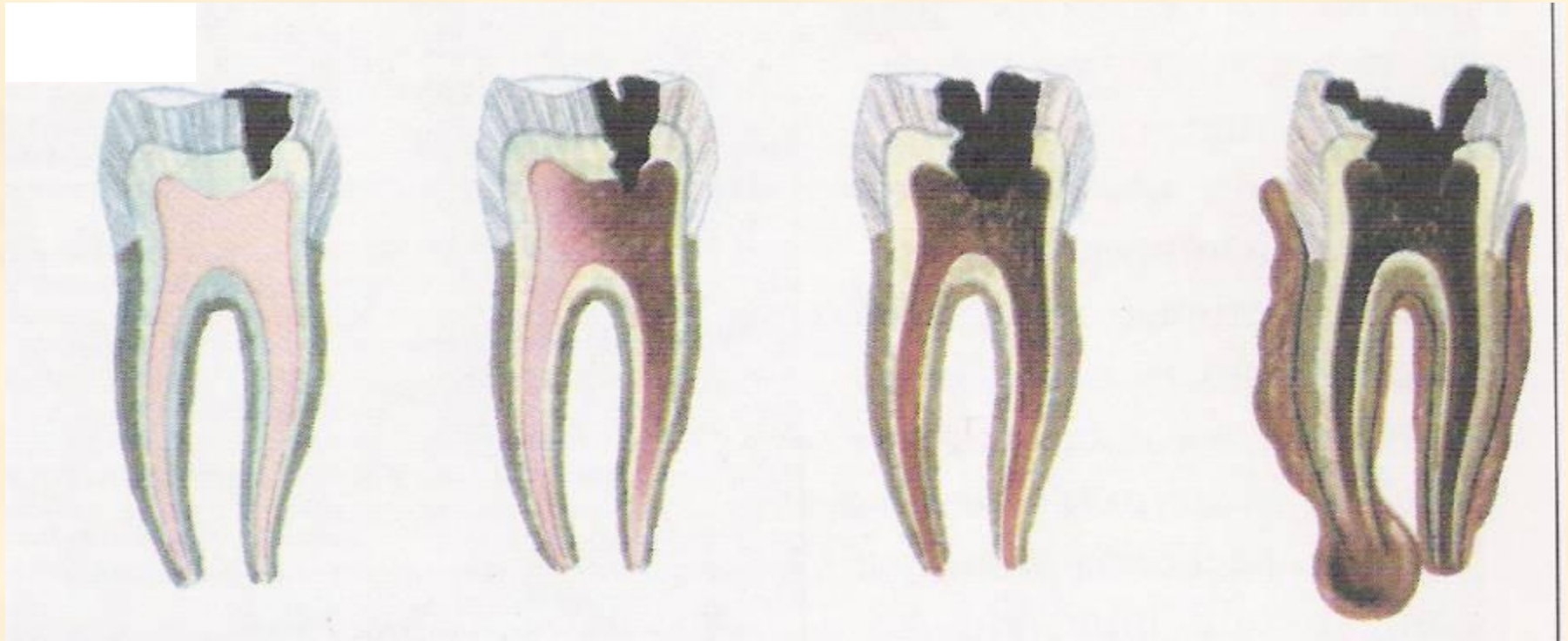




История о том, как образуются «дырки» в зубах!

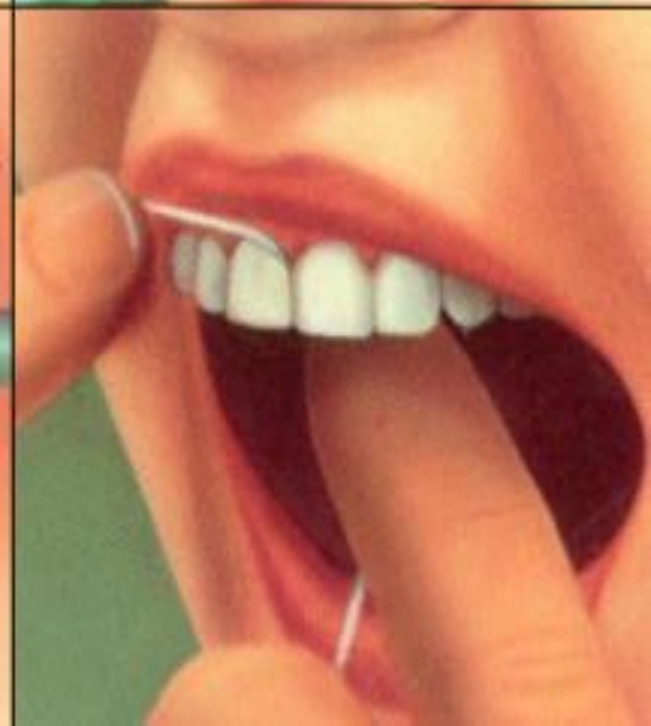
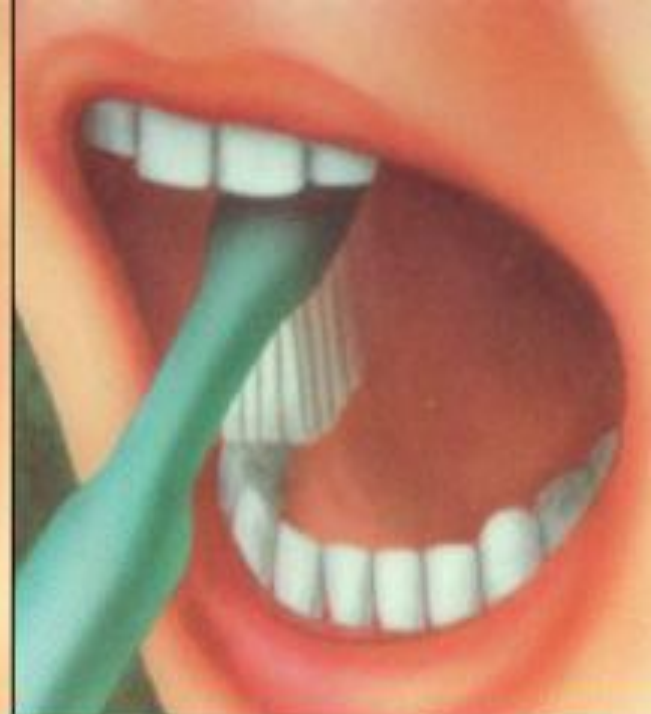
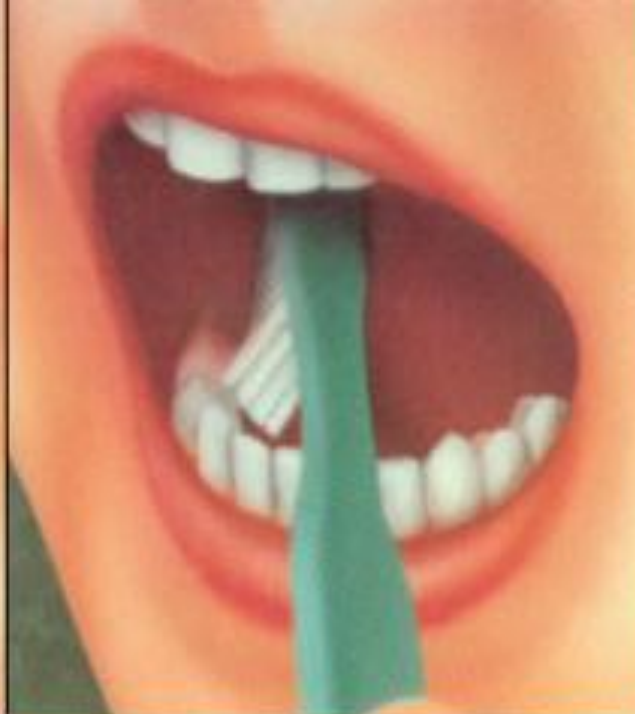


Медленное разрушение зуба



Врач-стоматолог





ГИГИЕНА ЗУБОВ

- Чисти зубы только зубной щёткой и обязательно чистой
- Чисти их в течение трёх минут
- Чисти зубы с внешней и с внутренней стороны круговыми движениями и движениями сверху вниз
- Чисти зубы зубной пастой, зубным порошком
- После приёма пищи полощи рот кипяченой водой

ПРАВИЛА ПО УХОДУ ЗА ЗУБАМИ

1. ЧИСТИТЬ ЗУБЫ НАДО 2 РАЗА В ДЕНЬ
2. ПОЛОСКАТЬ РОТ ПОСЛЕ КАЖДОГО ПРИЕМА ПИЩИ
3. НЕОБХОДИМО ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ
4. НЕЛЬЗЯ ЗУБАМИ РАСКУСЫВАТЬ ТВЕРДЫЕ ПРЕДМЕТЫ
5. РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПОСЕЩАТЬ СТОМАТОЛОГА
2 РАЗА В ГОД

Берегите зубы!

