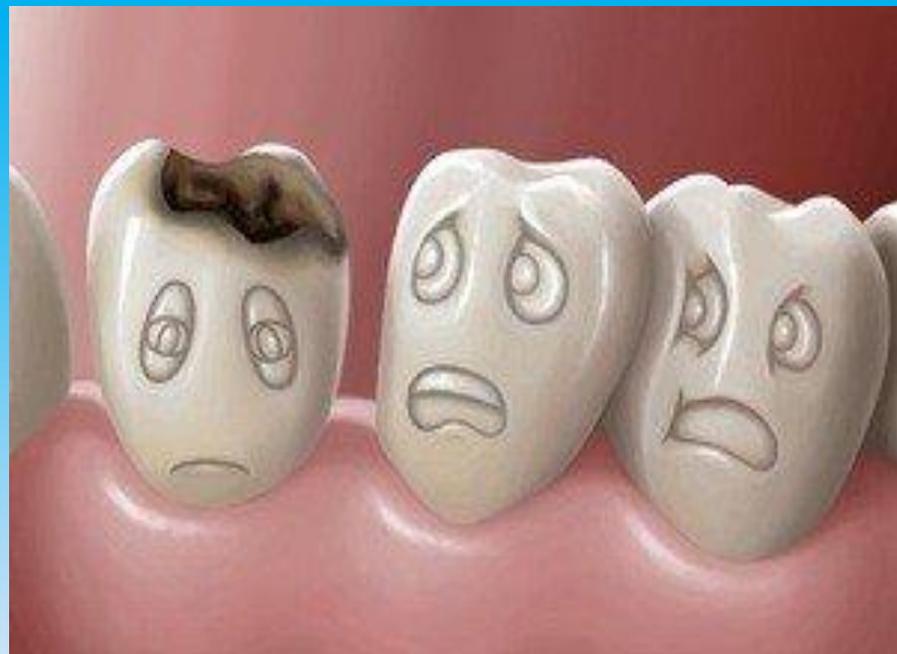


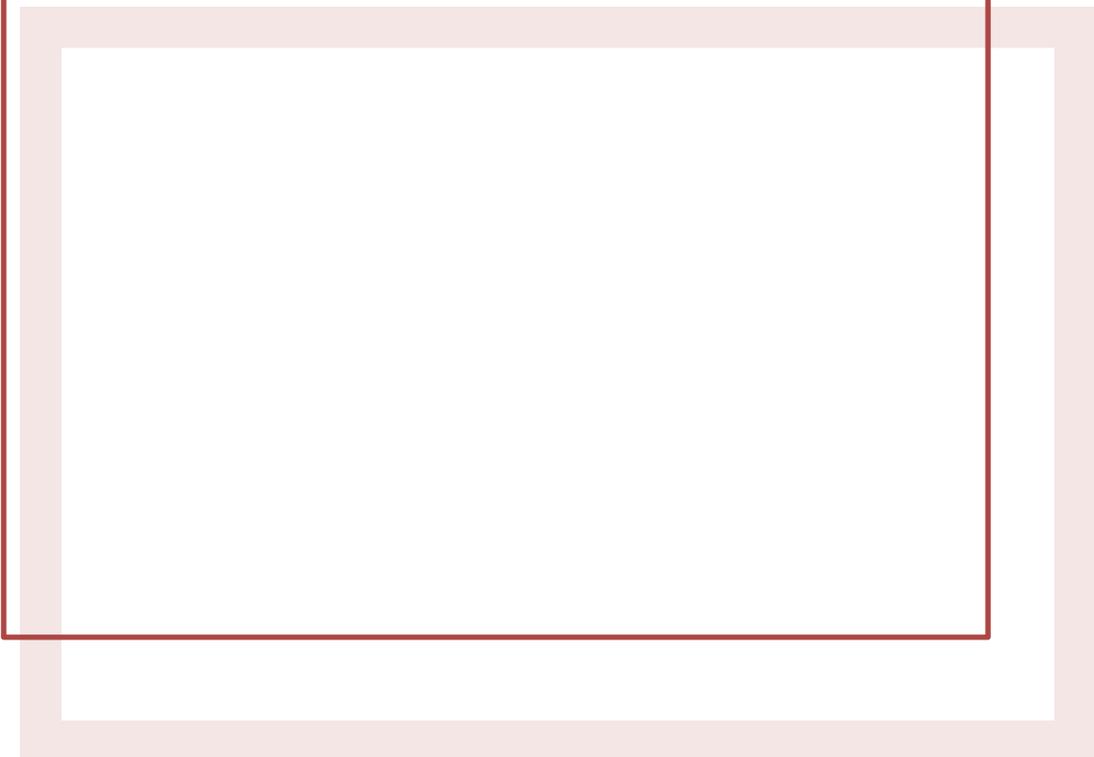
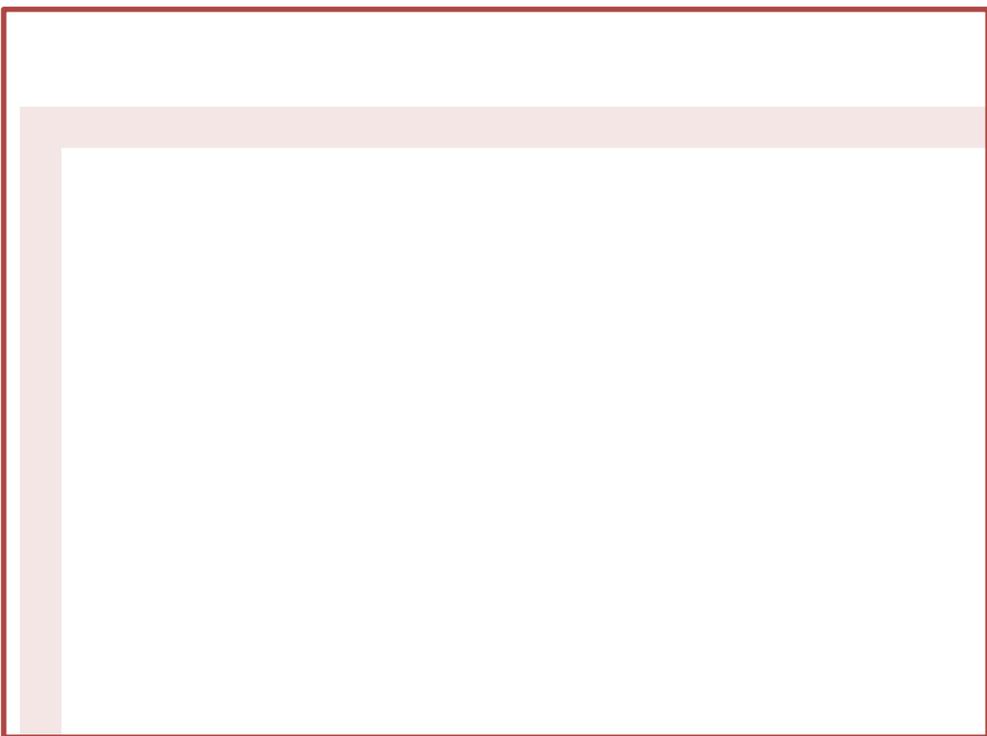


Урок гигиены полости рта

# Давайте вместе ответим на вопросы:

1. Нужно ли чистить зубы? Почему?
2. Как нужно чистить зубы?
3. Сколько раз в день нужно чистить зубы?





Кариес –  
это  
заболевани  
е при  
котором  
зубная  
ткань  
разрушаетс  
я и  
образуется  
«дырка»



# Плохая гигиена полости рта



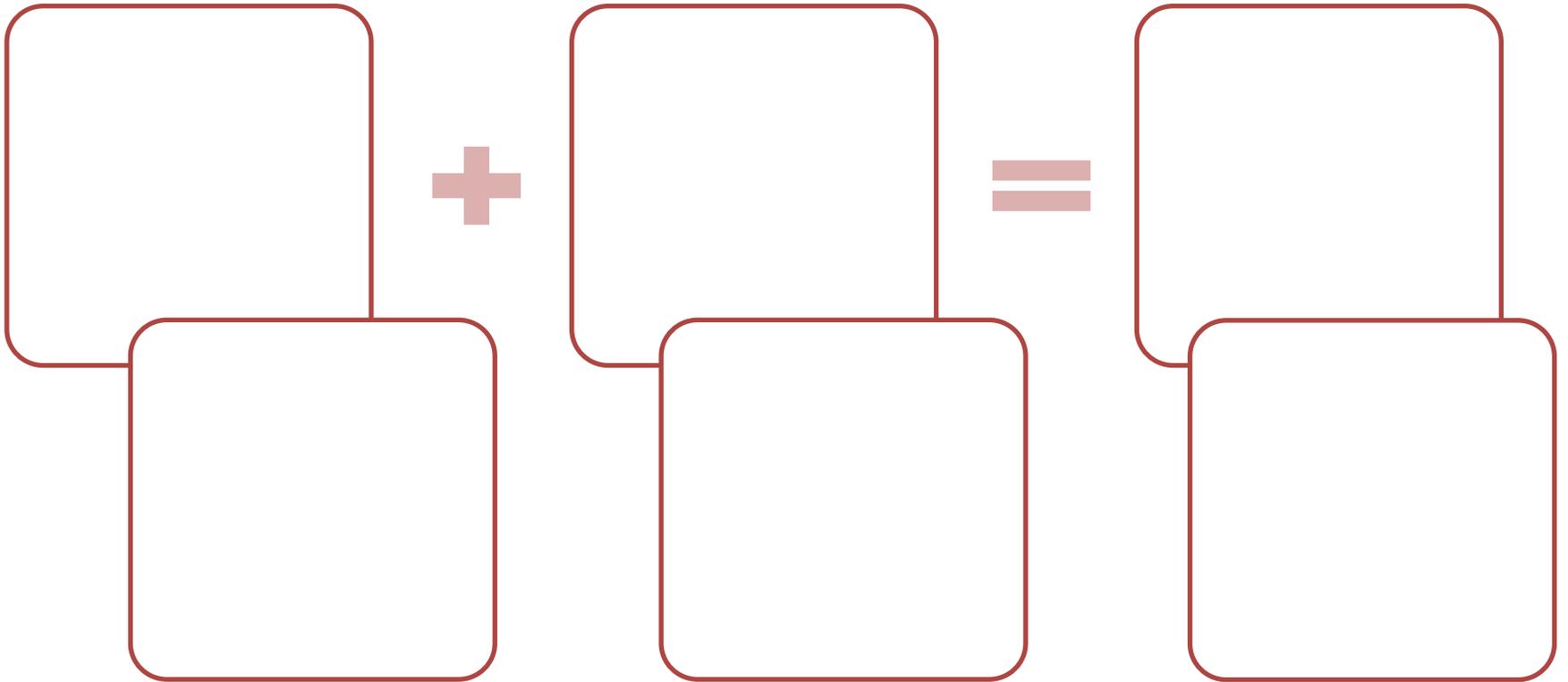
Причины кариеса

**Сладости**



# Враги ваших зубов

# Образование кариеса

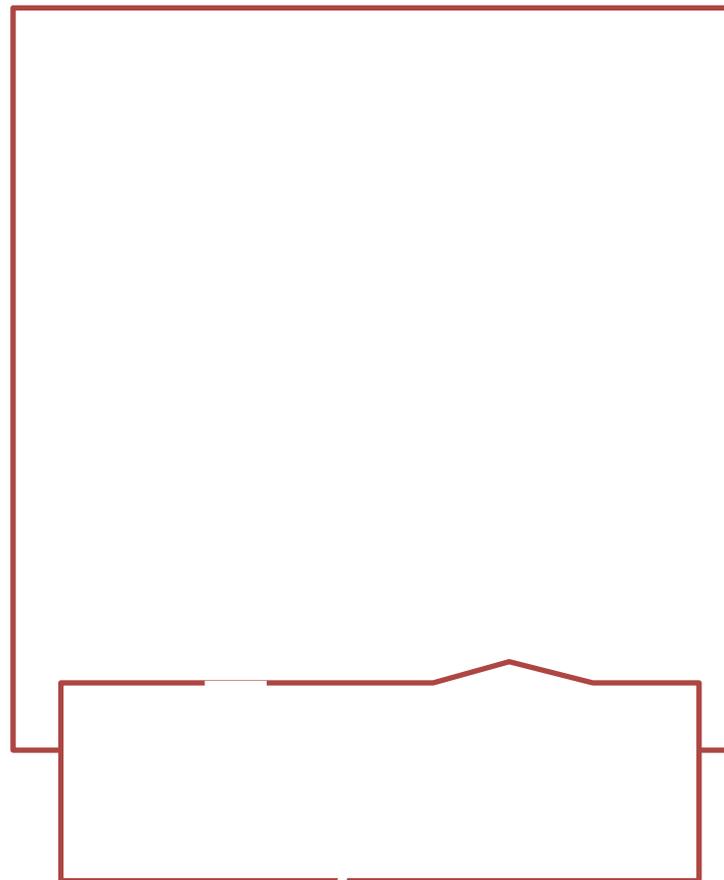
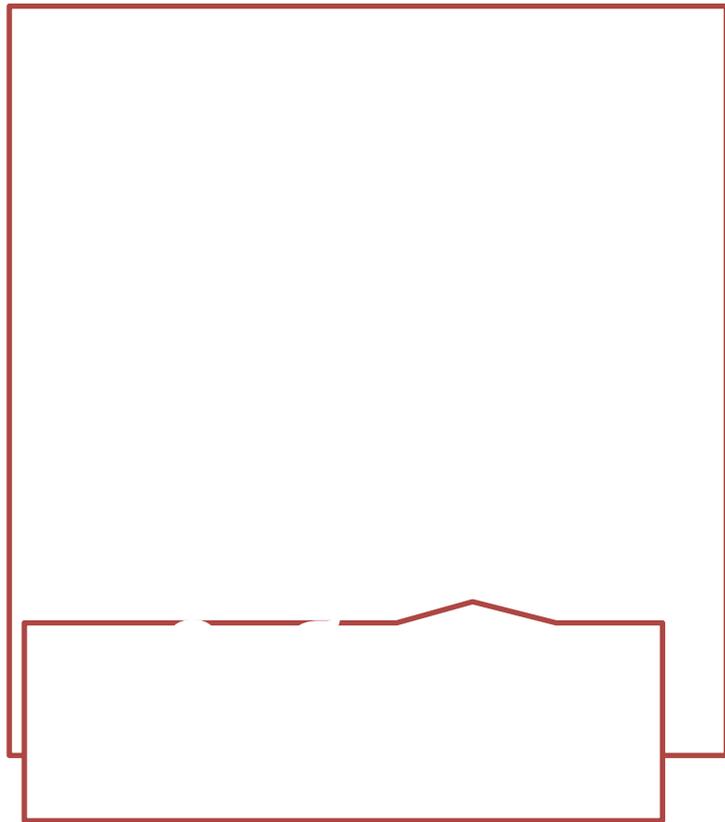


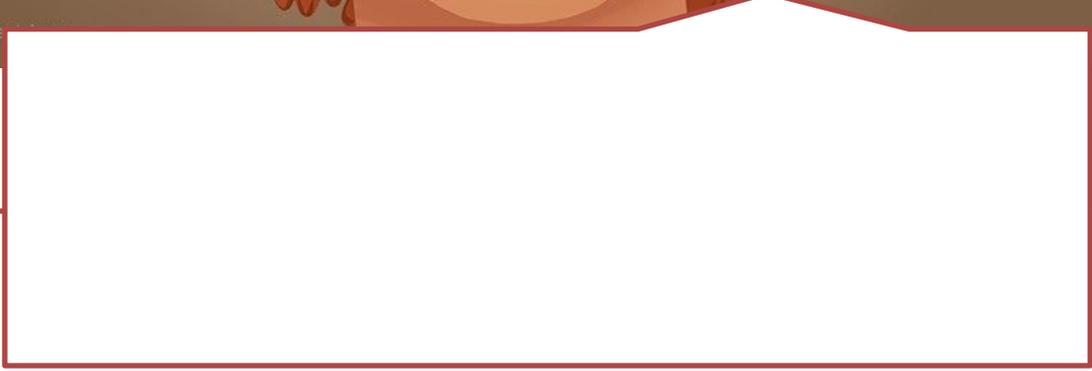
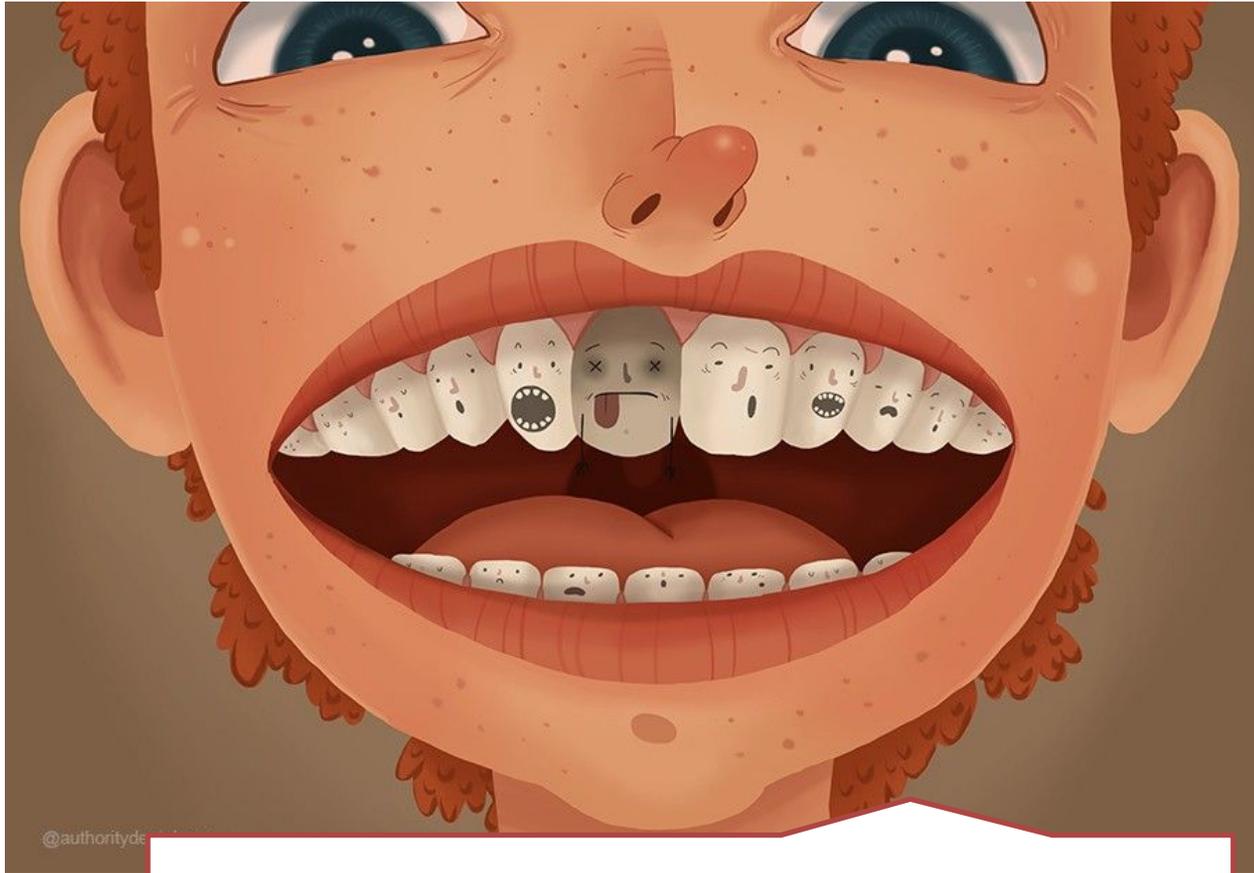
**Кислоты** разрушают зуб,  
и образуется **кариес**

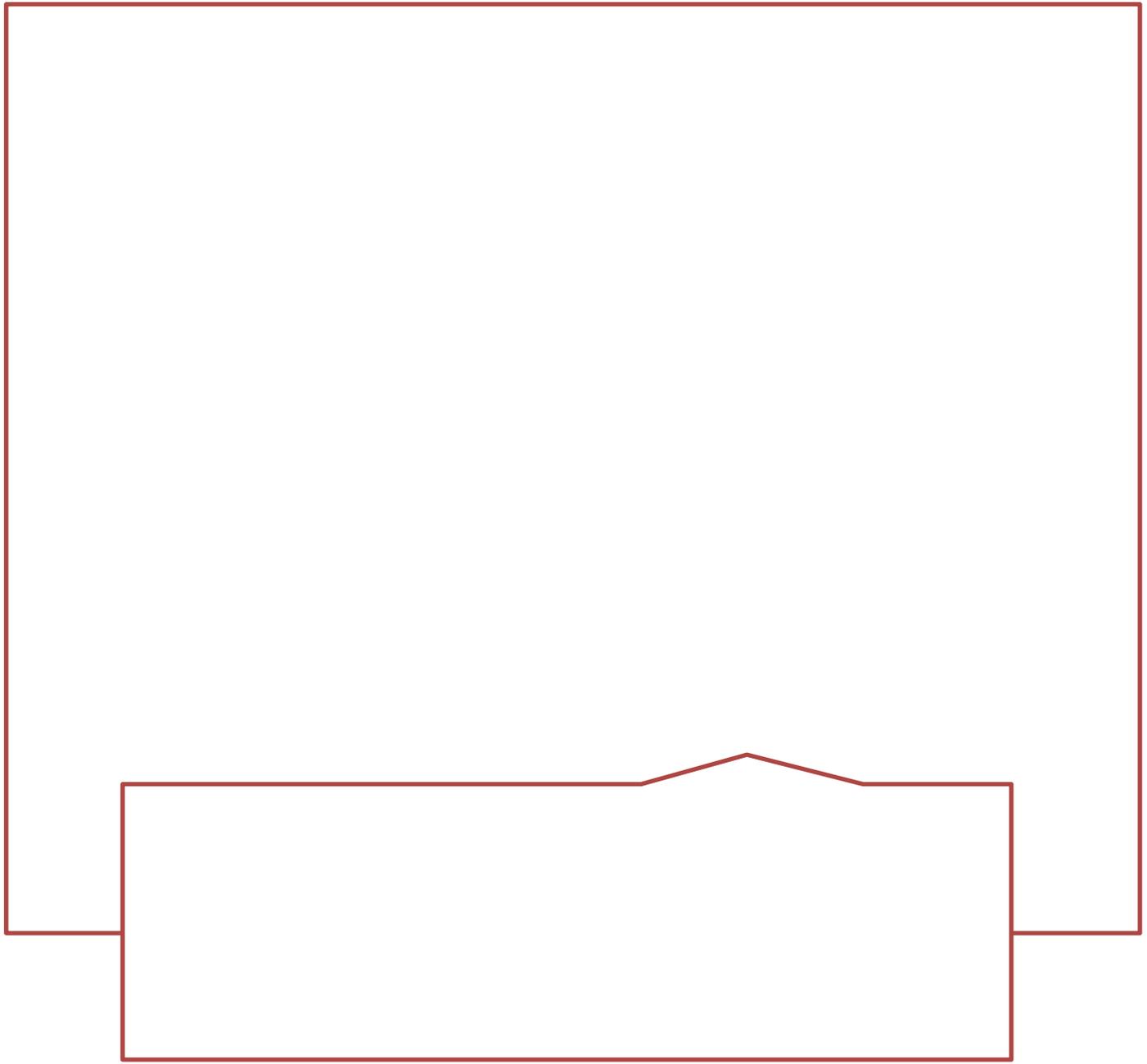




# К чему приводит кариес







# Как сохранить зубы здоровыми



# Друзья ваших зубов

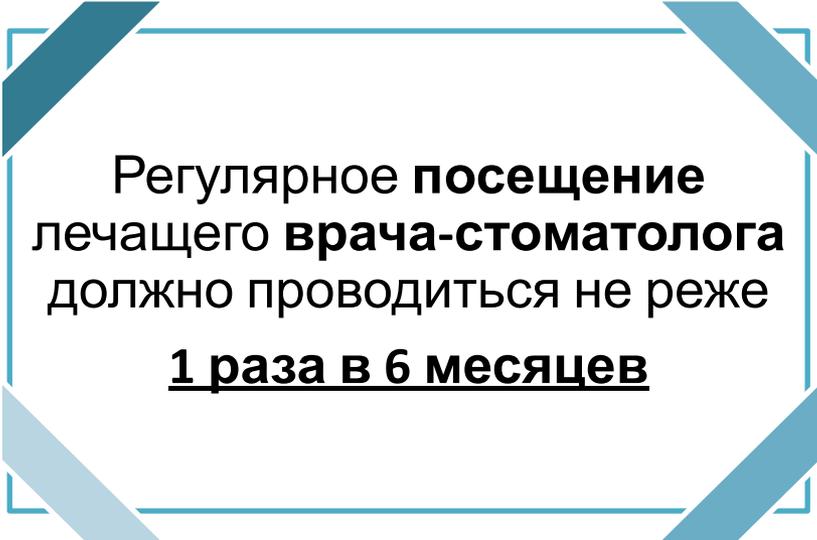
**Предметы  
гигиены**

**Здоровая пища**

**Стоматолог**



# Посещение стоматолога



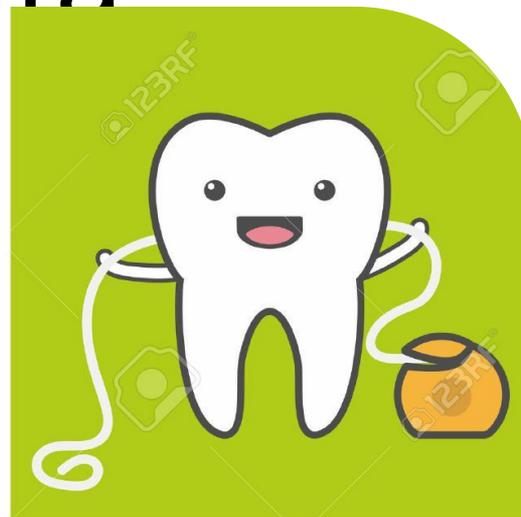
Регулярное посещение  
лечащего **врача-стоматолога**  
должно проводиться не реже  
**1 раза в 6 месяцев**

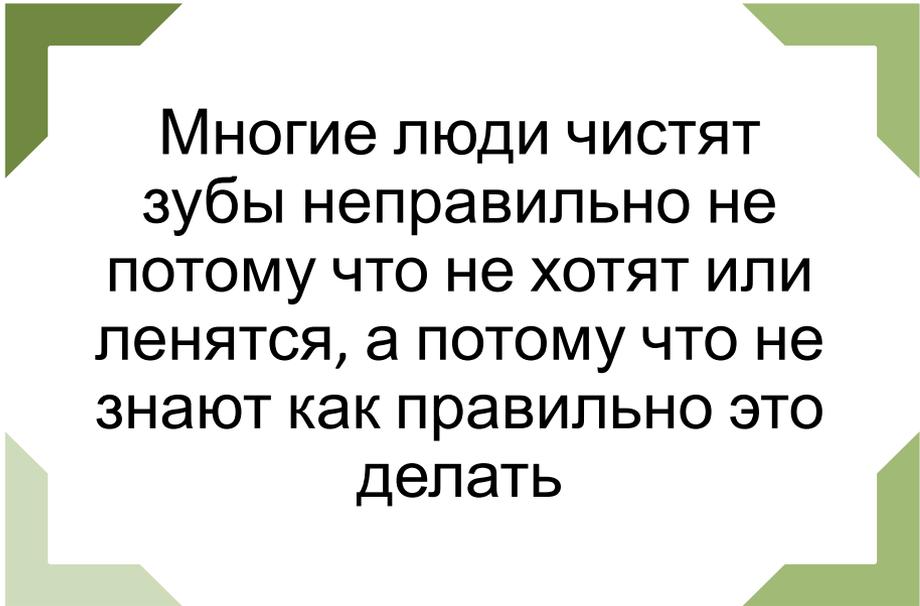
# Правильное питание

# Правильное питание

# Правильная гигиена полости

рта





Многие люди чистят  
зубы неправильно не  
потому что не хотят или  
ленятся, а потому что не  
знают как правильно это  
делать

# Строение зуба

- Зуб состоит из корня и коронки
- У коронки зуба 5 поверхностей:



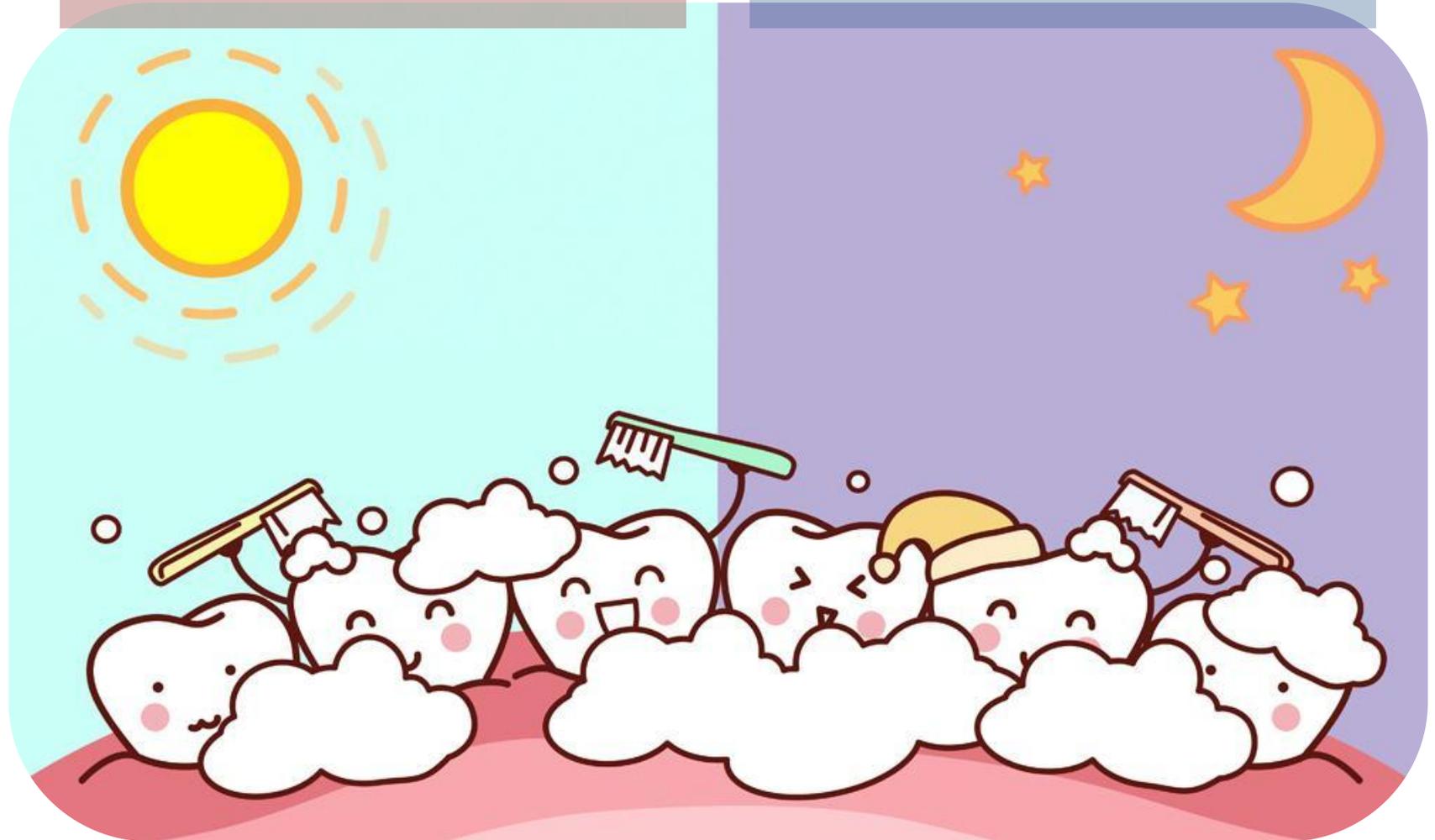
**Налет** необходимо **удалять со всех пяти поверхностей**, чтобы бактерии не смогли задержаться и приступить к разрушению эмали



# Зубы необходимо чистить два раза в день

утром после завтрака

перед сном





**После еды следует  
полоскать рот для  
удаления остатков  
пищи**

# Техника чистки зубов

Расположите зубную щетку под углом  $45^\circ$  к линии десен и выметающими движениями почистите зубы от десны к краю зуба

Такими же движениями очистите внутреннюю поверхность каждого зуба

С помощью кончика зубной щетки почистите внутреннюю поверхность каждого переднего зуба

Почистите жевательную поверхность каждого зуба движениями вперед-назад

Круговыми движениями очистите наружные поверхности зубов

# Основные предметы индивидуальной гигиены полости рта:

- Зубные щетки:



Мануальная



Электрическа  
я

Ультразвуковая

# Зубные пасты



От 0 до 3  
лет

От 3 до 7  
лет

От 6 до  
13 лет

Для  
взрослых

# Предметы гигиены для чистки межзубных промежутков

# Зубная нить



Ирригатор

**Чистые зубы – здоровые зубы!**

# Берегите Ваши зубки!

