

# Порядок чистки зубов ребенку по возрастам:

## от рождения до шести лет

**От рождения:** щетки-грызунки+ салфетки Асепта+ напальчник

**Первые зубки:** Салфетки+ грызунки+ мягкая щетка+ зубная паста/гель

**15-20 зубов:** Мягкая щетка (мануальная и электрическая) + зубная паста с минеральным компонентом;

**4 года и старше:** Мягкая зубная + зубная паста с минеральным компонентом; зубная нить; ополаскиватель

## МОЖНО ЗАЩИТИТЬ!

### ГЕРМЕТИЗАЦИЯ ФИССУР МОЛОЧНЫХ И ПОСТОЯННЫХ ЗУБОВ:

постоянное защитное покрытие на фиссуры (естественные углубления в эмали жевательных зубов) для предотвращения развития кариеса.

Проводить у своего детского стоматолога в первые полгода после прорезывания зуба!

### На какие зубы можно и нужно делать герметизацию фиссур?

**На молочные зубы:** С 2-х до 3, 5 лет на 4е и 5е зубки

**На постоянные:** с 5и лет на первые постоянные моляры, затем на премоляры после 8и лет

Авторские права принадлежат Варваре Висленко

Инстаграм @detkanegra



varvaravislenko.ru

Копирование материалов методички без указания источника ЗАПРЕЩЕНО.

Стоматологическая клиника "Белая Медведица"



wbdent.ru

# ОТ НУЛЯ ДО ШЕСТИ



## УХОД ЗА ДЕТСКИМИ ЗУБАМИ

0-3

### ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

**ИГРАЙТЕ ВМЕСТЕ:** первые средства гигиены для рта и зубов могут быть первыми погремушками.

*с рождения усе пора!*

### РАНО НЕ БЫВАЕТ И МНОГО-НЕ МАЛО!



прорезыватель curaprox

Их можно грызть, с ними можно и нужно купаться, можно подвешивать к дуге на игровой коврик или кресло, брать в дорогу. Пусть щеток-грызунков будет много и на них будут элементы, похожие на щетинки щетки: так малыш сразу привыкнет к тактильности щетки.



прорезыватели pigeon

### ПРОРЕЗАЛСЯ ПЕРВЫЙ ЗУБИК?

*самый первый уход*



Как чистить: напальчником можно мягко массировать десенки и очищать первые зубки. Первая паста с 0 БЕЗОПАСНА для глотания. Не стоит переживать, если малыш ее проглотит



силиконовый напальчник MOTHERCARE

### ПЕРВЫЕ ПАСТЫ



Зубной гель с календулой Weleda

! Гель для десен, чтобы успокоить

### Помощники в дороге:



салфетки Асепта

антисептические салфетки



curakid

## ПЕРВЫЕ ЗУБНЫЕ ЩЕТКИ

У вас уже 6-8 зубов?

начинаем чистить мягкой щеткой!

## КАК ЧИСТИТЬ?

Посадите малыша к себе на колени спиной к себе, или поставьте в ванну к вам лицом, придерживайте голову за лобик

Мягкие круговые и выметающие движения  
От десны к краю зуба + Изнутри наружу

CS Medica  
звуковая  
щетка



ROCS  
0-3



## ФОКУС В ПОЗИТИВЕ

простые правила

- Чистка зубиков это игра для мамы и малыша,
- Не принуждайте
- Щедро хвалите
- Вместе радуйтесь первым успехам
- Будьте примером

3-6

## ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

- **Это весело:** выбирайте щетки и пасты вместе
- **Я сам!** Дайте ребенку самому попробовать чистить зубки, но после этого всегда полноценно чистите сами
- **У нас есть доктор!** Пусть детский доктор станет вашим наставником, союзником и тем, кто напоминает самостоятельному малышу о том, что дома мама следит за его зубками



Таблетки Miradent с индикатором налета помогут лучше очищать зубки



Первая электрическая зубная щетка ORAL-B 3+

ОНА ЖУЖЖИТ И ЩЕКОТИТ

одни преимущества!

- + Чистит лучше обычной щетки
- + Движения для очищения зубной поверхности те же
- + Ребенок привыкает к звуку и вращению и готов к чистке зубов у стоматолога или даже к лечению зубов!
- + По-прежнему зубки малышу чистит мама
- + Менять насадку согласно цветовому индикатору на щетине
- + Одно тело щетки для всех детей

## МАНУАЛЬНАЯ ЗУБНАЯ ЩЕТКА



ЛЕГКО ЧИСТИТЬ ЗУБЫ  
МАЛЫШУ РУКАМИ МАМЫ ИЛИ ПАПЫ:

Стоя у раковины или в ванне. Удобней, если ребенок будет стоять к вам спиной, а вы будете наклонены к нему справа

**Движения щетки по каждому зубу:**

- вертикальные выметающие от десны к краю зуба несколько раз по каждой поверхности от самого последнего зуба справа до полседнего слева на каждой челюсти
- круговые движения по поверхности от десны к краю зуба
- выметающие движения по жевательной поверхности жевательных зубов наружу из полости рта
- чистка языка и нёба изнутри наружу



с 4х лет можно:  
ополаскиватель и  
зубная паста и  
ирригатор!

Ирригатор  
Revyline

