

Европейски проект за здраве и красота на детските усмивки

Скъпи приятели, стоматологичния сектор на МЦ "Пансанус" и тази година се грижи за нашите деца!!! *Започва безплатната силанизация на първите дъвкателни зъби на деца на възраст между 5 и 8 години.*

Силанизацията ще се извършва в МЦ "Пансанус" до 30.11. 2015 г. на два адреса, след предварително записване на час, на:

- тел. 02/931 51 10, на адрес Зона Б18, ул. Одрин 95
- тел 02/832 20 92, на адрес кв. Лагера, ул. "Добрич "2-4

Силантите защитават зъбите на нашите деца от кариес. Зъбният кариес и заболяванията на венците при децата от 6 до 12 години, които са предотвратими, влияят върху:

- възможността им да се концентрират и да учат;
- развитието на речта им;
- ежедневните им дейности;
- самоуважението им;

Нелекуването на зъбния кариес и заболяванията на венците води до силна болка, загуба на зъби, и заболявания на други органи и системи в организма .

Силантите представляват дентален материал, който образува много тънък слой върху дълбоките вдлъбнатини /ямки и фисури / на дъвкателните повърхности на зъбите. Те предпазват от зъбен кариес, като образуват бариера между зъба и бактериите, водещи до кариес. Силантите спестяват време, пари и страдания, които се свързват с правенето на пломби.

Силантите се поставят върху дъвкателната повърхност на постоянните зъби до 2-3 години след пробива им - период, в който те узряват /окончателно минерализират/

Детето може да се храни и да пие веднага след поставянето на силанта..

Силантите могат да престоят в устата на детето до 4 години . Могат да се подновят по всяко време. Силантите са млечно бели на цвят, и не се забелязват, когато детето се смее или говори.

Ето пет основни правила за здрави зъби :

1. ***Правилна устна хигиена .*** Четкайте зъбите сутрин и вечер с добре подбрана четка и паста за зъби . Използвайте зъбни конци за почистване на междузъбното пространство .Това ще отстрани зъбната плака, която представлява колония от бактерии, причиняващи зъбния кариес .Киселинността е един от основните фактори за образуване на зъбния кариес . Четкайте и езика .
2. ***Флуорна профилактика*** - тя е индивидуален избор на всеки . Консултирайте се с лекар по дентална медицина и НИКОГА НЕ ПРИЛАГАЙТЕ ПОВЕЧЕ ОТ ЕДНА ФОРМА НА ЕНДОГЕННА ФЛУОРНА ПРОФИЛАКТИКА -флуорни капки, таблетки,

флуорирано мляко, минерална вода с високо съдържание на флуор, флуорирана готварска сол. ЕНДОГЕННАТА И ЛОКАЛНАТА / флуорни препарати прилагани върху зъбите - пасти за зъби, разтвори за плакнене с флуор, флуорни лакове и гелове, дъвки с флуор и др./ **ФЛУОРНИ ПРОФИЛАКТИКИ МОГАТ ДА СЕ КОМБИНИРАТ.**

3. **Правилно хранене** - консумирайте богата на белтъчини, но бедна на захар храна. Избягвайте честото хранене със сладки, тестени и лепкави храни .
4. **Дъвчете дъвка без захар** - след хранене, ако нямате възможност да измиете зъбите си, дъвчете дъвка без захар .При дъвченето се отделя голямо количество слюнка, която разрежда образуваните се киселини .
5. **Профилактичен преглед при лекар по дентална медицина два пъти годишно** - това е важно условие за ранна, навременна диагноза и навременно лечение на заболявания на зъбите, венците и неправилна ухапка .

Как да подбирате храна на детето:

- добре е детето ви да консумира храни, богати на Ca⁺⁺ (калций) - прясно мляко, кисело мляко, сирене и кашкавал.
- давайте на децата си повече храни, които естествено почистват зъбите - ябълки, моркови и др сурови плодове и зеленчуци, както и богати на vit C храни - цитруси, броколи, киви - полезно е за здравето на венците
- **най- вредни за детските зъби са лепкавите сладки храни, като дъвчащи бонбони, локум, шоколадови бонбони и торти.** Те полепват по зъбите, почистват се трудно и стават хранителна среда за бактерии, които рушат зъбите .Тези храни са най- опасни, когато се приемат между основните храненияя.

Препоръчително е детето да изплаква зъбите си с вода след всяко хранене. Когато обаче, консумира кисели храни - лимони, киви, портокали, нека не бърза да изплаква устата веднага след това. При консумация на кисела храна се отделя голямо количество слюнка, която естествено почиства зъбите. Това е естествена защита срещу кисели храни.

Ние можем да запазим здравето и красотата на детските усмивки !!!

Очакваме ви !!!