

Информация за стоматологичния детски паспорт – Български

Никога не е прекалено рано за посещение при стоматолог!

Дори най-малките са добре дошли в стоматологичния кабинет. Оптималното здраве на устната кухина и доброто разположение на зъбите и челюстите са важни за цялостното развитие на Вашето дете.

Периодите от време върху заглавния лист на детския паспорт напомнят за редовните часове за контролни прегледи при стоматолога и са **безплатни** за Вашето дете!



Стоматологичните профилактични прегледи включват:

- **инспекция на устната кухина** на детето
- **консултация във връзка с храненето и устната хигиена** (най-вече относно използването на бебешки шишета)
- **разясняване на причините за заболяванията в устната кухина**
- **информация за употребата на флуоридиращи средства** като детска паста за зъби

Грижа за зъбите по време на бременността (стр.4)

- Основната и редовна устна хигиена е особено важна. Като съвет идете за **професионално почистване на зъбите (PZR)** при Вашия стоматолог.

Възпрепятстване на кариеса от раждането (стр. 6)

- По възможност да не се използват бебешки шишета!
- Бебетата да пият **вода или неподсладени билкови чайове**
- Бактериите, отговорни за кариеса в устната кухина, се хранят от захарта, затова важи следното:
 - Решаващо е не количеството на захарта, а честотата и времето на престояване в устата.
 - По-добре разрешете еднократно похапване на по-голяма порция сладки неща след вечеря, отколкото по-често похапване на малки порции. Но без цялостно отказване от сладкото, защото забраните често увеличават притегателната сила!
 - Има **дружелюбни към зъбите лакомства** (познават се по зъбчето с чадър), които по-малко вредят на зъбите.
 - Предлагайте на Вашето дете плодове и зеленчуци за междинно гризкане.



Откажете детето своевременно от биберона (стр. 12)

- Най-късно от тригодишна възраст смукането на пръсти, биберони, бебешки шишета или бебешки кърпи за гушкане трябва да престане.

- Поради постоянния натиск може да се получи изпъкнала горна челюст или отворена захапка, при която зъбите не се допират едни до други. Това може да навреди на говорното развитие и да възникнат проблеми при отхапване или поглъщане.

Флуоридът заздравява емайла (стр. 8)

- **Флуоридът заздравява емайла!** Флуоридът, който действа върху емайла отвън, е по-ефективен от флуоридните таблетки.
- Препоръки за концентрацията на флуорид в детските паста за зъби*



Възраст	Концентрация на флуорид	Честота на употреба	Количество
От пробиването на първото зъбче до 2-рата година	500 ppm	2 пъти дневно	колкото грахово зърно
	или 1000 ppm		колкото оризово зърно
От 2-рата до 6-та година	1000 ppm	2 пъти дневно	колкото грахово зърно
След 6-та година	1400 ppm	2 пъти дневно	колкото грахово зърно

* Deutsche Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde (DGKIZ) (Германско дружество за детско зъболечение), Deutsche Gesellschaft für Zahnerhaltung (DGZ) (Германско дружество за защита на зъбите), Deutsche Gesellschaft für Präventivzahnmedizin (DGPZM) (Германско дружество за превантивна стоматология), Bundesverband der Zahnärztinnen und Zahnärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes (BZÖG) (Федерален съюз на стоматолозите в общественото здравеопазване) и Bundeszahnärztekammer (BZÄK) (Федерална камара на стоматолозите)

Здравите млечни зъби са важни – Заедно почистваме по-добре (стр. 10/14)

- Някои млечни зъби на Вашето дете се запазват до 11-годишна възраст. Те **пазят място за постоянните зъби**. Ако млечните зъби паднат преждевременно, често се получава неправилно положение на постоянните зъби. Бактериите, причиняващи кариес, върху млечните зъби могат да увредят и постоянните зъби.
- Бъдете пример за Вашето дете и **почиствайте** зъбите с него **2x дневно** след закуска и преди лягане чрез така наречената KAI техника (дъвкателни повърхности, външни повърхности, вътрешни повърхности).
- Децата могат да почистват сами, но до около осемгодишна възраст родителите трябва допълнително да почистват след тях основно.



Излизат първите нови зъби (стр. 8)

- След 5- или 6-годишна възраст могат да се наблюдават първите клатещи се зъби. В повечето случаи първо падат резците.
- В същото време след кътните млечни зъби излизат първите постоянни кътни зъби. Често те имат дълбоки фисури, които са лесно податливи на кариес.
 - Запечатването на тези места с тънка пластмаса предлага допълнителна защита (запечатване на фисури).
- **Децата, осигурени в държавната здравна каса, между 6-17 години имат право на услуги за стоматологична индивидуална профилактика (IP). Към тях спадат запечатване на фисури, обучение за почистване на зъбите и флуоридизация. Тези мероприятия са безплатни!**