

Больной вопрос



НАШ КОНСУЛЬТАНТ:
стоматолог, автор книги о здоровье зубов, основатель стоматологического центра
ЮЛИЯ СЕЛЮТИНА

Высокая температура, бессонница, беспокойство – такими симптомами почти всегда сопровождается появление зубов у ребенка. Есть несколько способов, позволяющих облегчить состояние малыша.

Все молочные зубы закладываются на пятой-седьмой неделе внутриутробного развития.

Поэтому состояние организма будущей мамы влияет на здоровье зубов малыша. Сроки их прорезывания индивидуальны. У одних детей они появляются в 6 месяцев, у других – в 9 месяцев. За год не прорезалось ни одного – нужно обратиться к стоматологу. К трем годам у ребенка должно быть 20 молочных зубов. Вот главные причины задержки прорезывания:

- генетический фактор;
- нарушения работы эндокринной системы;
- врожденный рахит;
- прием мамой лекарств во время беременности;
- недоношенность;
- хронические болезни малыша;
- низкое качество воды, питания, дефицит витаминов;
- нарушения развития челюстей – врожденные расщелины верхней губы или неба.

Важно понимать, что прорезывание зубов – процесс физиологический, он сопровождается большим дискомфортом для ребенка.

ПОМОЩЬ МАЛЫШУ

Снизить боль помогает...

- Пальцевой массаж десен. Перед тем как его делать, хорошо мойте руки.
- Использование охлажденных стимуляторов для прорезывания зубов (резиновые кольца, грызунки), их моют и кладут на 20 минут в холодильник, затем дают малышу.

родительское собрание

- Применение успокаивающих гелей с охлаждающим и противовоспалительным эффектами. Рекомендуется использовать только средства без содержания анестетика и лишь при выраженном дискомфорте, поэтому при покупке препарата обращайте внимание на состав.
- Ванны с морской солью или хвойным экстрактом. Они обладают успокоительным действием.

ДЕТСКОЕ МЕНЮ

При переходе малыша на общий стол следите за его рационом, от качества пищи и режима питания зависит состояние зубов. Некоторые блюда следует исключить из меню. Но есть продукты, полезные для здоровья в целом, а значит, вычеркивать их из рациона нельзя. С этим списке, например, цитрусовые. В них много витамина С, но немало и кислоты, разрушающей эмаль. Чтобы нейтрализовать проблему, приучите малыша чистить зубы после того как он съел апельсин или мандарин.

Ирина Ломанова, style@antennatv.ru

ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ

Фрукты и овощи. Способствуют механическому очищению эмали.

Мясо, рыба. Поставщики белка, он необходим для строительства клеток и формирования тканей.

Сыр, творог, кефир. Источники кальция и фосфора – эти микроэлементы являются минеральной основой зуба.

ВРЕДНЫЕ ПРОДУКТЫ

Газировка. Содержит много разрушающей эмаль кислоты.

Сладости. Их основа – сахар, он создает благоприятную среду для размножения бактерий.

Ириски, жевательные конфеты, сухофрукты. Застревают между зубами и приклеиваются к эмали.

Снимать боль средствами с лидокаином не следует – трудно выбрать дозировку. К тому же действуют подобные препараты недолго.

НА ЗАМЕТКУ

Чтобы реже посещать детского стоматолога, необходимо...

- при кормлении малыша из бутылочки поддерживать ее рукой, подкладывать подушку не следует. Это негативно влияет на прикус. По этой же причине необходимо как можно раньше отучить ребенка от пустышки и соски, а также от привычки сосать палец;
- с момента появления первого зуба начинать мероприятия по гигиене полости рта. Для этого надо использовать щетку и пасту, дополнительно можно применять дентал салфетки.

