

УХОД ЗА ЗУБАМИ И ПОЛОСТЬЮ РТА

Вы сами можете ухаживать за полостью рта и зубами, правильно питаясь, чистя зубы два раза в день фторсодержащей пастой и регулярно посещая зубного врача. Обязанностью родителей является забота о том, чтобы за зубами детей был обеспечен надлежащий уход, и дети чистили зубы два раза в день.

Медицинские услуги по уходу за полостью рта

- медицинские услуги по уходу за полостью рта и зубами вам предоставят в медицинских центрах. Поинтересуйтесь по месту жительства, какие услуги предоставляются в ближайшем медицинском центре.
- лица, не достигшие 18 лет, пользуются медицинскими услугами по уходу за зубами в медицинском центре бесплатно. Лица, достигшие 18 лет и старше, оплачивают услуги на общих основаниях. С лиц, которым исполнилось 15 лет, взимается плата, если они не приходят на прием, не предупредив об этом.
- вы можете пойти и к врачу-стоматологу частной практики.
- «КЕЛА» (Ведомство по народным пенсиям) компенсирует часть гонорара частного стоматолога, но не всю сумму. Запросите компенсацию в «КЕЛА».
- стоматолог, ассистент и стоматолог-гигиенист осуществляют уход за вашими зубами, работая в команде.

Когда необходимо обратиться за помощью по поводу ухода за зубами?

- если у вас острая зубная боль или у вас имеют место соответствующие симптомы, обратитесь в стоматологическую службу медицинского центра или к вашему личному стоматологу. Дежурные врачи окажут помощь для снятия острой боли.
- через рекомендованные промежутки времени необходимо проходить осмотр у врача-стоматолога. Родители должны заботиться о том, чтобы дети регулярно осматривались врачом.
- § заранее укажите время проведения лечения. У вас есть право пройти лечение в течение периода, не превышающего шести месяцев. В неотложных случаях вы можете получить помощь раньше.



При болезнях полости рта может пройти длительное время прежде, чем проявятся симптомы, проявляющиеся в изменениях полости рта или зубов. Поэтому очень важно, чтобы вы регулярно проходили осмотр у врача. От здорового состояния полости рта и зубов зависит здоровье всего организма человека. Общие заболевания, например, сахарный диабет или ревматизм, могут повлиять на состояние полости рта и зубов. Не забудьте рассказать стоматологу или гигиенисту о том, что вы ждете ребенка, какие лекарства вы принимаете или о том, что вы страдаете какой-либо болезнью.

Распространенные детские болезни полости рта

- детские зубы разрушаются быстрее, чем зубы взрослых. Когда с зуба сходит эмаль, на нем начинает образовываться кариес. Этому препятствует фтор, который содержится, например, во фторсодержащей пасте.
- распространенными у детей являются также нарушения прикуса. Их исправляют ортодонты.
- § постоянное употребление прохладительных напитков вызывает разрушение поверхности зуба. Сок, входящий в состав детского питания, также может вызвать разрушение поверхности зуба и образование кариеса.

Острая и ноющая боль могут быть симптомами образования кариеса. Кариес иногда трудно увидеть самостоятельно. Образование кариеса в детских зубах может начаться сразу же, как они прорезались, и оно происходит быстрее, чем у взрослых. Предотвратить образование кариеса можно, избегая употребления сладостей и сладких напитков. Для того, чтобы полость рта и зубы у детей были в порядке, необходимо чистить зубы щеткой два раза в день специальной детской пастой – достаточно небольшой капли.

Болезнями полости рта маленькие дети заражаются через слюну взрослых. Не берите в рот детские столовые приборы или соски. Воздействия бактерий можно избежать, если у ребенка будет своя посуда и собственная зубная щетка. Бактерии можно внести, снимая пробу с детской пищи или облизывая соску.

Распространенные болезни полости рта у взрослых

- к распространенным болезням полости рта у взрослых относятся заболевания десен. Заболевания десен вызываются бактериями, и эти заболевания могут привести к выпадению зубов, если не лечить их. Для профилактики заболеваний десен необходимо тщательно чистить полость рта и зубы дважды в день.
- кариес зубов у взрослых является также распространенным заболеванием. Корни зубов у взрослых легко оголяются и подвергаются разрушению. Разрушение зубов можно предупредить за счет правильного питания.
- курение способствует заболеваниям десен и слизистой оболочки.

Заболеванием десен является воспаление десен, а далеко зашедшее воспаление десен – это пародонтит. При отсутствии лечения эта болезнь может привести к выпадению зубов. В начальной стадии при чистке зубов десны кровоточат. Впоследствии дыхание становится несвежим.

Почему возникают заболевания зубов и десен?

Разрушение зубов и заболевания десен вызывает ежедневно образующийся вязкий, но незаметный слой бактерий или зубной налет. Он затвердевает на поверхности зубов и образует так называемый зубной камень. Заболевание десен может проявиться кровоточивостью десен при чистке зубов. Курение усугубляет болезни десен и препятствует проявлению симптомов, поскольку курение замедляет кровообращение в деснах.

Разрушение зубов может вызвать сахар, а также пища и напитки, содержащие его, например, сладости, соки и сухофрукты. Неправильной пищевой рацион и пренебрежение чисткой зубов оказывают неблагоприятное воздействие на состояние полости рта и зубов.

Что вы сами можете сделать для хорошего состояния полости рта?

Снимайте зубной налет с поверхности зубов по утрам и вечерам мягкой зубной щеткой с применением фторсодержащей пасты. Тщательно очищайте щеткой десны и пространства между зубами.

Родители ответственны за состояние полости рта у детей. Ребенок в состоянии почистить зубы самостоятельно только уже будучи школьником. Поэтому ребенок нуждается в помощи.

Зубные протезы также нужно чистить для того, чтобы слизистая оболочка и, возможно, оставшиеся зубы были здоровы.

Ежедневно съедайте завтрак, обед, ужин, а также делайте 1-2 перекуса, так, чтобы в день было 4-6 приемов пищи. После еды хорошо пожевать резинку с содержанием ксилитола. Пища должна быть разнообразной. Утоляйте жажду водой.

Продукты, содержащие ксилитол, являются хорошей альтернативой сладостям. Ксилитол является натуральным продуктом, который защищает зубы и уменьшает их разрушение.

В стоматологической клинике вы получите подробные инструкции по уходу за полостью рта. Для будущих мам, родителей, школьников, пожилых людей и страдающих различными заболеваниями имеются свои инструкции.

Вы можете получить дополнительную информацию:

- от вашего стоматолога, ассистента и гигиениста
- в медицинском центре и на сайтах вашего муниципалитета
- в офисах «КЕЛА» или на сайте www.kela.fi