

# Санбюллетень

ДЕТСКАЯ ОРТОДОНТИЯ:

## ПРОФИЛАКТИКА РАЗВИТИЯ НЕПРАВИЛЬНОГО ПРИКУСА У ДЕТЕЙ



Многие родители не задумываются о развитии прикуса у детей, пока проблема не станет очевидной. Предупредить заболевание всегда легче, чем лечить. Да и дешевле.

Закладка молочных зубов у плода начинается ещё в первом триместре беременности. В этот период будущей маме обязательно нужно получать достаточное количество витаминов и минеральных веществ, потреблять молочные продукты.

После рождения ребёнка нужно заботиться о правильном кормлении. Не прерывайте кормление грудью слишком рано. Материнское молоко – это лучшее питание для ребёнка. Однако не надо впадать и в другую крайность и слишком долго кормить грудью. С появлением первых зубов нужно начинать приучать малыша к более твёрдой пище.

**Соски для кормления и соски – пустышки должны иметь правильную анатомическую форму.** У ортодонтической пустышки соска сплющена и конец либо отогнут вверх, либо имеет скос снизу, что обеспечивает правильное, естественное положение языка. Нагубник также имеет анатомическую форму, что улучшает прилегание ко рту и уменьшает давление на губы малыша. Старайтесь не давать соску-пустышку ребёнку если он её не требует и вынимать у него изо рта после того как ребёнок заснул. Рекомендуется по возможности, отучать ребёнка от сосок и пустышек как можно скорее, и уж конечно прекращать пользоваться пустышкой в возрасте 1,5 – 2 года. Иначе, это приведет к искривлению зубных рядов и к патологии прикуса.

**Обязательно следите за гигиеной полости рта ребёнка.**

Многие уверены, что чистить зубы надо начинать тогда, когда у малыша они выросли все. Но это не верно. Нужно чистить даже самый первый молочный зубик ребёнка!

Родителям следует обязательно обращать

внимание на вредные привычки своих чад. **Сосание пальцев и пустышек, следы зубов на ручках и карандашах должны насторожить родителей.** В противном случае, вредная привычка ведёт не только к повреждению зубной эмали, но и к ортодонтическим проблемам прикуса.



**Не допускайте развития кариеса.** Кариес не только распространяет инфекцию по всей ротовой полости, но и способствует ранней потере молочных зубов. В свою очередь ранняя потеря молочных зубов приводит к дефициту места для прорезающихся постоянных.

Сейчас рацион человека представляет собой практически переработанную пищу, что существенно снижает нагрузку на челюсти и жевательные мышцы. **Отсутствие тренировки ведёт к недостаточному развитию челюстей ребёнка, а следовательно и к ортодонтическим проблемам прикуса.** Не секрет, что для зубов полезно употреблять в пищу продукты богатые кальцием, фтором, и фосфором. Также не нужно забывать о свежих овощах и фруктах. Особенно твёрдых (яблоки, морковь, свекла...). Они необходимы прежде всего детям, т.к. стимулируют рост челюстей, массируют десны. Свежая сырая морковь благодаря твёрдым кусочкам очищает эмаль зубов. А также стимулирует выделение слюны, постоянно омывающей ротовую полость и уменьшающей количество микробов и бактерий. Поэтому очень полезно после еды похрустеть морковкой. А вот бананы и цитрусовые лучше не есть после приёма пищи, или нужно потом прополоскать рот или почистить зубы.



Нужно следить, что бы ребёнок дышал через нос. При выявлении нарушения носового дыхания, необходимо обратиться к специалистам: ЛОР – врачу, ортодонту.

**Следите за правильным произношением звуков Вашим ребёнком.**

Если Вы заметили, что он неправильно произносит звук «р», шипящие звуки, обратитесь к ортодонту и логопеду, так как это также может стать причиной нарушения прикуса.



**! Осмотр у детского стоматолога обязателен один раз в полгода, у ортодонта – 1 раз в год.**

**ВРАЧИ СТОМАТОЛОГИ-ОРТОДОНТЫ КРУ «СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА» СДЕЛАЮТ ВАШУ УЛЫБКУ НЕОТРАЗИМОЙ!**