

Три вопроса доктору О секретах дантистов



ЕВГЕНИЯ ШЕБАНОВА,
ВРАЧ-ГИГИЕНИСТ
ШВЕЙЦАРСКОЙ
КЛИНИКИ
СТОМАТОЛОГИИ
SWISS SMILE

ВРАЧ-ГИГИЕНИСТ

швейцарской клиники стоматологии Swiss Smile Евгения Шебанова рассказывает, как сохранить детям здоровые и крепкие зубы.

— В новогодние праздники так много сладостей! Как защитить зубы ребенка от кариеса? Нужен ли в это время особый уход?

— Здесь надо учитывать следующее: существуют три причины возникновения кариеса. Первая — углеводы, вторая — бактерии зубного налета и самая важная — время воздействия налета и углеводов на зубы.

Проводился эксперимент: если поместить зуб в исключительно углеводную среду, то кариеса не возникнет. Если поместить зуб в среду, где есть бактерии, но при этом нет углеводов, кариеса также не возникнет. Но, когда помещают зуб в среду, где есть как углеводы, так и бактерии, эмаль разрушается, и возникает кариес. Если мы убираем один из факторов возникновения кариеса — здоровье зубов не подвергается опасности.

Отсюда вывод: перед тем как есть сладкое, необходимо хорошо почистить зубы, чтобы убрать налет.

Давно известны и профилактические меры — скажем, не только щетка, но и твердая пища очищает зубы от налета.

— Как научить детей соблюдать режим гигиены полости рта?

— Я рекомендую посещать с ребенком кабинет гигиениста. Врач расскажет и покажет, как правильно чистить зубы и почему нельзя пренебрегать этой процедурой утром и вечером. Кроме того, грамотный врач-специалист сможет заинтересовать ребенка, подобрать правильный формат подачи информации (в наглядной, словесной или в игровой форме) в зависимости от его возраста. Ведь для всех возрастов есть свои методики обучения. Такая информация будет полезна и для родителей: далеко не каждый взрослый человек владеет правильной техникой чистки зубов.

— А какую щетку вы посоветуете для ребенка?

— Здесь также надо пройти консультацию у врача-гигиениста, ведь в таком вопросе важен индивидуальный подход. До 12 лет мы рекомендуем «дочищать» зубы детям, щетка — будь она мануальная, электрическая или звуковая — в любом случае должна быть эффективной. И правильную рекомендацию сможет дать только врач!

БЕСЕДОВАЛ АЛЕКСАНДР ИВАНОВ

