

SVEIKŲ VAIKO DANTŲ ATMINTINĖ

AMŽIUS	KAS VYKSTA?	KAIP ELGTIS?	KO MOKYTIS?
0-2 METAI	Apie 6-ąjį mėnesį pasirodo pirmieji pieniniai dantukai.	Apsilankyti pirmą kartą pas vaikų gydytoją odontologą. Rekomenduojama riboti naktinį maitinimą.	Jau pirmąjį dantuką valyti vieno danties šepetėliu ryte ir vakare. Pratintis prie dantų valymosi rutinos.
3-5 METAI	Išdygę visi 20 pieninių dantų. Jų sveikata svarbi nuolatinių dantų vystymuisi.	Vengti dažnų užkandžių dieną, ypač saldžių ir lipnių. Mokyti vaiką patį valytis dantis, tačiau bent iki septynerių metų dantis privalo valyti tėvai.	Dantis valyti kruopščiai dvi minutes ryte ir vakare įprastu ir vieno danties šepetėliu su fluoro turinčia pasta.
6-9 METAI	Pradedą kristi pieniniai ir dygti nuolatiniai dantys. Apie šeštuosius metus išdygę krūminiai dantys itin pažeidžiami ėduonies.	Svarbu kruopščiai nuvalyti visus dantų paviršius, nepamiršti tarpdančių valymo. Išdygus krūminiams dantims jų vageles padengti silantais.	Ypač kruopščiai valyti dygstančius nuolatinis dantis vieno danties šepetėliu ir fluoro turinčia pasta. Mokyti taisyklingos mitybos, dažnai neužkandžiauti.
9+ METAI	Iškrentą visi likę pieniniai dantys, iki 13 metų susiformuoja nuolatinis sąkandis.	Tėvams rekomenduojama dantis valyti kartu su vaikais, jei vaikas valosi dantis pats – patikrinti, kaip išvalyti dantys.	Valyti dantis, tarpdančius ryte ir vakare. Jei vaikas valosi dantis pats – būtinai patikrinti ir dar kartą išvalyti, apnašų kontrolei galima naudoti apnašą dažančius skaliklius.