

BURNOS HIGIENOS REKOMENDACIJOS VAIKAMS



IKI 1 METŲ

Formuojant sveiką ir švarią aplinką pieniniams dantims dygti, dantenas rekomenduojama valyti ir masažuoti dar net neišdygus dantims. Tik išdygus pirmajam dantukui galima valyti drėgna marle ar specialiu silikoniniu antpirščiu. Šiuo laikotarpiu nebūtina naudoti dantų pastos, nes kūdikis gali ją praryti.

1 – 3 METŲ

Pasirodžius pirmiesiems krūminiams dantims jau reiktų naudoti dantų šepetuką ir dantų pastą. Jeigu visi dantys sveiki, pastoje gali būti 500ppm fluoridų. Jeigu jau yra éduonies pažeistų dantų, rekomenduojama pasta, kurioje yra 1000ppm fluoridų. Dantų pasta pakanka tik suvilgyti dantų šepetėlio šerelių galiukus.



Pirmasis apsilankymas pas odontologą turėtų būti vos išdygus pirmam pieniniam dantukui. Odontologas turi įvertinti jo dydį, formą ir padėtį. Vėliau odontologo konsultacija reikalinga kas 6 mėnesius. Maždaug 2 metų vaiką jau derėtų mokyti naudoti dantų šepetėlį.

3 – 6 METŲ

Dantis valyti reikia dantų šepetėliu minkštais šereliais bei dantų pasta. Jeigu visi dantys sveiki, rekomenduojama pasta, kurioje yra 1000ppm fluoridų. Jeigu yra éduonies pažeistų dantų – 1450ppm fluoridų. Dantų pastos ant šepetėlio kiekis nedidelis – žirnio dydžio. Pastą reikia išspjauti. Skalavimo skysčių nerekomenduojama naudoti iki 6 metų.



Vaikas iki 7–8 metų nepajėgus pats kokybiškai išsivalyti dantų, todėl tai turėtų atlikti suaugusysis, tačiau vaikas nuo pat mažumės turi mokytis ir bandyti išsivalyti dantis savarankiškai, kad būtų formuojami įgūdžiai.

BURNOS HIGIENOS REKOMENDACIJOS VAIKAMS



BENDRI PATARIMAI

Dantų šepetėlio dydis turi atitikti vaiko amžių ir rankos dydį (gamintojas dažniausiai nurodo rekomenduojamą amžių). Geriausia rinktis minkštus, apvalintais galais šerelius. Dantų šepetėlį rekomenduojama keisti kas 3 mėnesius, persirgus infekcine liga – iškart.



Dantys valomi pagrindiniais **SUKAMIAISIAIS** ir **ŠLUOJAMIAISIAIS** judesiais, nuvalomas ir liežuvis. Valoma ryte ir vakare, ne trumpiau nei 2 minutes. Svarbu kruopščiai išsivalyti dantis po vakarienės. Miegant sumažėja seilėtekis, savaiminis burnos apšalavimas. Dėl to, atsiranda didelė rizika eduoniui išsivystyti.

Vakare prieš miegą išvalius dantis nevalgyti ir negerti, išskyrus vandenį.



Higieninį dantų siūlą reikia naudoti kartą per dieną, geriausia po vakarienės prieš valantis dantų šepetuku. Atsiradus kontaktams tarp pienučių / nuolatinių dantų jų priežiūra turėtų tapti kasdieninė. Ši procedūra yra gana sudėtinga, tad, norint išvengti dantenų bei periodonto pažeidimų, vaikams iki 12 metų tai turėtų daryti tėvai. Šiam darbui palengvinti galima naudoti dantų siūlus su specialiais laikikliais.

