

Современная профилактическая стоматология

Добрый день, дорогие друзья!

Мы начинаем наше третье занятие в «Школе «Зубные истины» разговором о современной профилактической стоматологии. Сегодня поговорим о пользе **фторидов**.

Фтор - природный элемент, укрепляющий эмаль зуба.

Содержится в различных пищевых продуктах: морепродукты, грейпфрут, яблоки, рыба, мясо, крупы (рис, гречка), зелёный чай, яйца, кукуруза.

Во многих странах фтор применяется для профилактики кариеса.

Ежедневное использование зубной пасты с фторидами и полоскание рта раствором фтора – простой и эффективный способ профилактики кариеса.

Фторид защищает зубы четырьмя способами:

1. Защищает зубы от воздействия кислоты.
2. Помогает восстанавливать эмаль, поврежденную кислотой.
3. Восстановленная эмаль становится более прочной и кислотоустойчивой.
4. Фторид снижает активность кислоты, создавая среду, в которой бактерии размножаются с трудом.

Регулярное, в течение всей жизни, применение фторсодержащих зубных паст снижает потребность населения в дорогостоящих стоматологических услугах.

В заключение необходимо отметить, что регулярное использование для гигиены полости рта фторсодержащих зубных паст очень важно для профилактики кариеса зубов, особенно в регионах с пониженными концентрациями фторидов в питьевой воде. Хабаровский край относится к территории с гипоминерализацией в источниках водоснабжения, в том числе содержание фторид-ионов ниже установленных норм.

В продаже представлены зубные пасты с различным содержанием фторидов. Показания к применению фторидсодержащих зубных паст.

1. Зубные пасты с содержанием фторид-иона 500ppm рекомендованы для детей:

• В раннем возрасте – после прорезывания первых временных зубов для профилактики «бутылочного кариеса», но не позднее, чем появляются верхние постоянные резцы. Меры предосторожности – выдавливать 0,5 мм пасты (с горошину), родители должны сами чистить ребенку зубы.

Внимание! В экологически неблагоприятных районах с *высоким* содержанием фторидов в питьевой воде фторсодержащие зубные пасты применять после консультации с врачом-стоматологом.

2. Зубные пасты с концентрацией фтор-иона 1000 ppm рекомендованы для детей:

- В раннем возрасте – при наличии «бутылочного кариеса», пороков развития твердых тканей зубов, особенно во время прорезывания временных моляров;
- В дошкольном возрасте – при среднем и высоком риске развития кариеса: плохая гигиена, частые перекусы, невысокий уровень дохода в семье;
- В младшем школьном возрасте – при низком риске развития кариеса, в регионах с оптимальной концентрацией фторидов в питьевой воде.

3. Зубные пасты с максимальной концентрацией фторидов 1500 ppm рекомендуются детям школьного возраста, начиная с момента прорезывания первых постоянных моляров при:

- Среднем и высоком риске кариеса гладких поверхностей постоянных зубов.
- Гипоплазии, пороках развития, постэруптивных некариозных поражениях.
- Особых проблемах: ношение ортодонтических и ортопедических аппаратов, ксеростомия, гиперестезия, очаговая деминерализация, эрозия, патологическая стираемость эмали и другие некариозные поражения зубов, пубертатный гингивит/пародонтит, период прорезывания постоянных зубов, особенно при длительных сроках прорезывания отдельных зубов, неполном прорезывании, ограниченных возможностях здоровья (инвалидность).

Берегите свои любимые зубки!

Открыто и радостно улыбайтесь белоснежной улыбкой!

5 советов врача-стоматолога.

1. Регулярно посещайте стоматолога.
2. Ежедневно чистите зубы.
3. Используйте фторсодержащие зубные пасты.
4. Пользуйтесь зубной нитью.
5. Кушайте здоровую пищу.

Читайте новые статьи! И будьте здоровы!

До встречи, Лучшева Лариса Файзылхановна!