

Почему болят зубы ?

научно-исследовательская
работа

ученика 4 «б» класса

МОУ «Лицей №1» г.Подольска

Чернова Александра

Дмитриевна



Цель исследования:

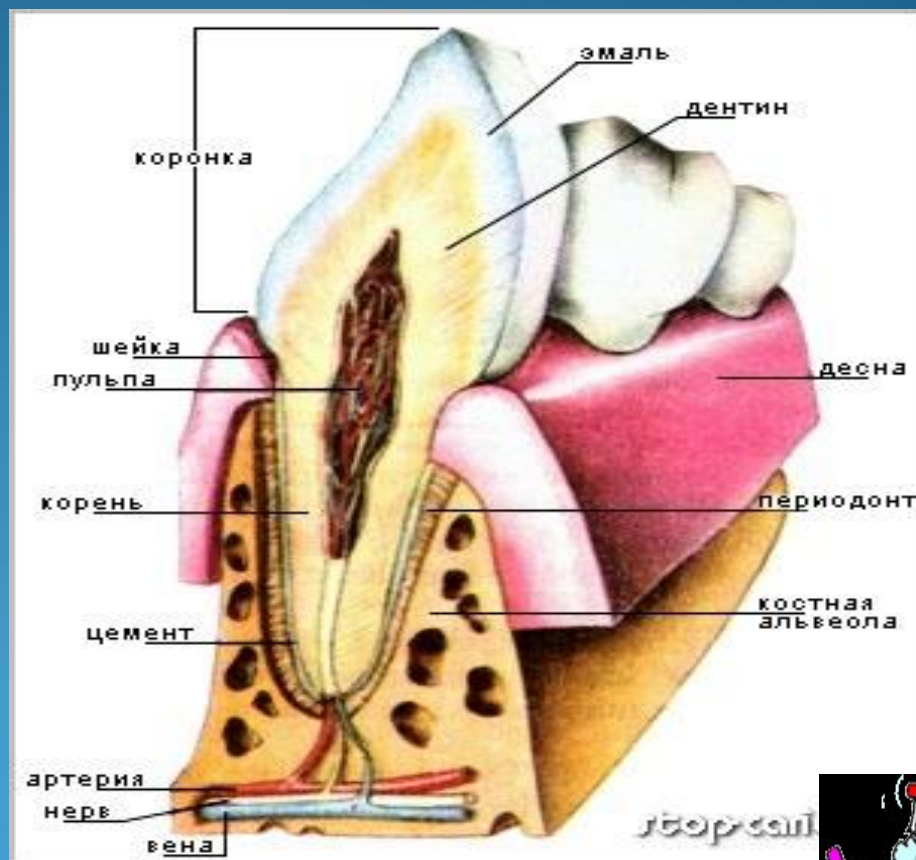
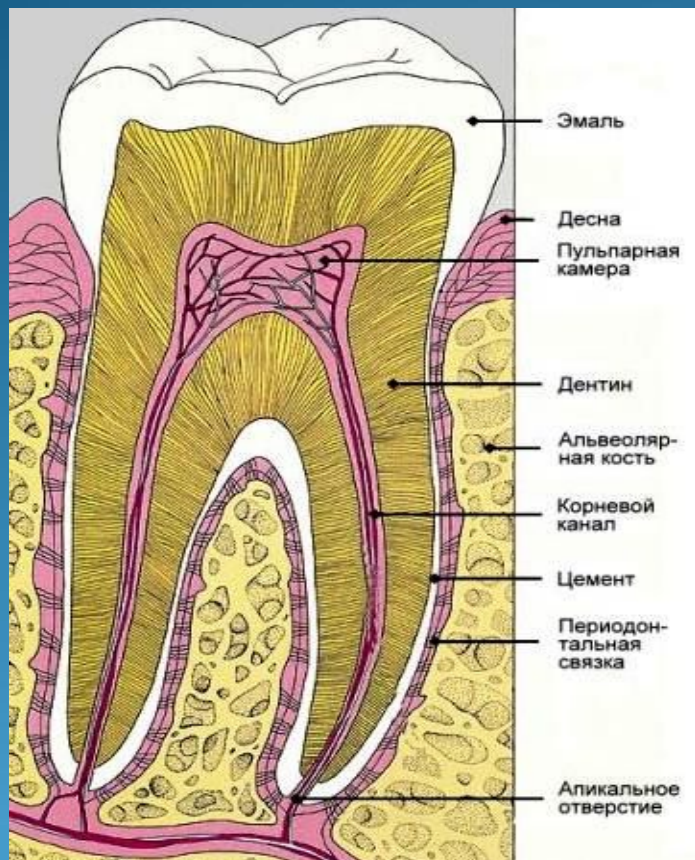
Ответить на вопрос почему болят зубы и как этого избежать.

Задачи исследования:

- выяснить почему болят зубы;
- выяснить надо ли чистить зубы и как часто или можно просто пожевать жевательную резинку;
- выяснить, как часто надо посещать стоматолога, чтобы зубы не болели



Как устроен наш зуб?

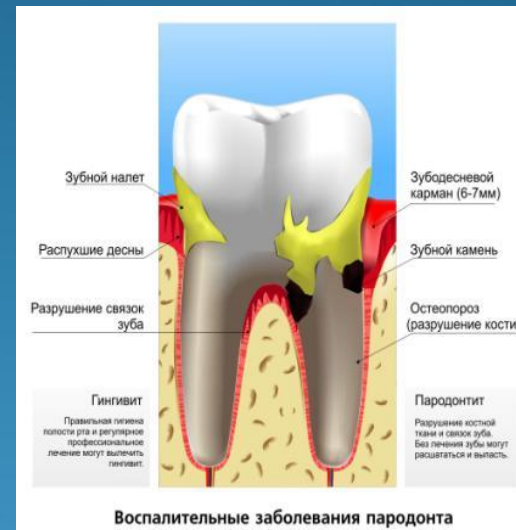
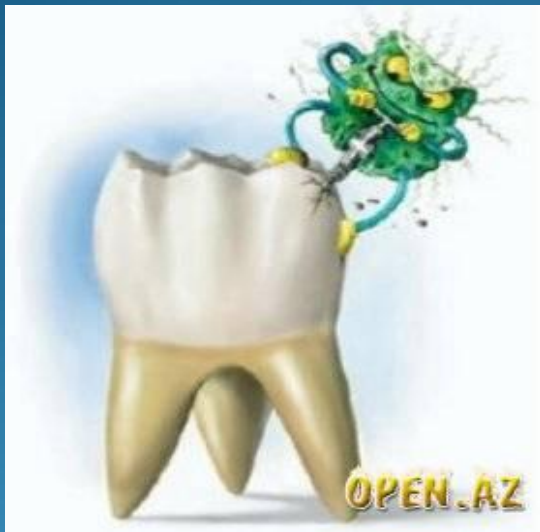


Почему зубы болят?

Зуб начинает болеть, потому что заболевает кариесом. Кариес - это разрушение эмали зуба. Когда разрушение доходит до образования дырки, больной зуб начинает давать знать о себе болями в ответ на принятие холодной и горячей пищи, сладких, соленых и кислых блюд. Но эмаль зуба - это самая твердая ткань в человеческом организме. По прочности она немного уступает алмазу! Почему же тогда



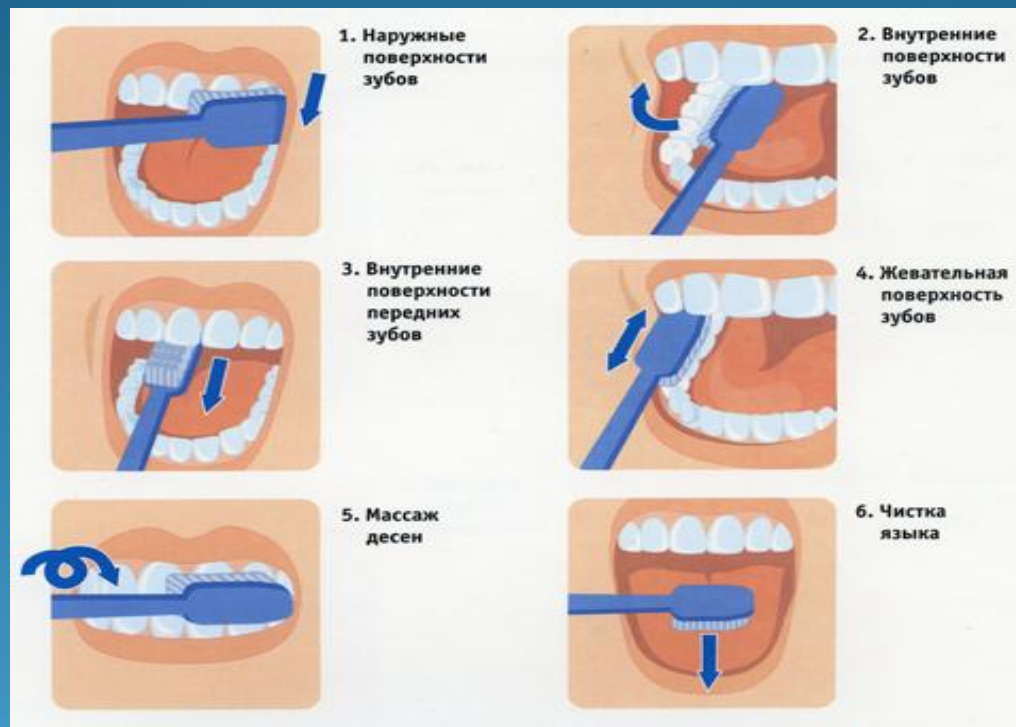
Как возникает кариес?



зубной налёт + сахар = кислота

кислота + эмаль зуба = кариес

Для того чтобы, избежать кариеса



надо чистить зубы 2 раза в день: утром (после завтрака) и вечером (перед сном). Продолжительность процедуры – около 3 минут.

Кто такой стоматолог?

Стоматолог - врач, который лечит больные зубы. Нужно ли посещать его, если зубы не болят? Зубного врача нужно посещать для осмотра состояния зубов и десен, даже если зубы не болят, а также чтобы не пропустить начавшееся развитие кариеса, и не реже 2 раз в год. Если возникнет необходимость, то врач сразу поставит пломбу на зуб. Нам детям, врач также может разгладить поверхность новых прорезавшихся зубов для более удобной чистки. Это делает



Жевательная резинка

Сейчас активно рекламируется жевательная резинка, как супер-средство для очистки полости рта после еды. Однако на самом деле она очищает зубы скорее с помощью выделяющейся слюны, чем сама по себе. Состав жевательной резинки вызывает немалые опасения родителей и врачей. Поэтому ее лучше заменить морковкой, яблоком, а так же любым другим полезным овощем или фруктом, или стаканом прокипячёной воды



Что показало анкетирование.

**В проведенном анкетировании
принимали участие учащиеся 2а,
3б и 4б МОУ «Лицей №1» г.
Подольска. Всего 42 человека.**

Что показало анкетирование.

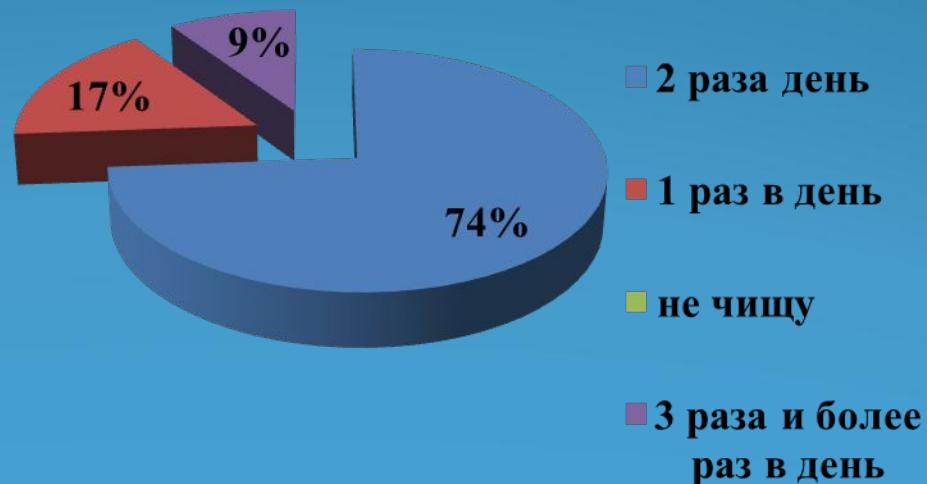
1. Сладкое любят подавляющее большинство ребят, а точнее 29 человек из 42 или 69%.

Любишь ли ты сладкое?



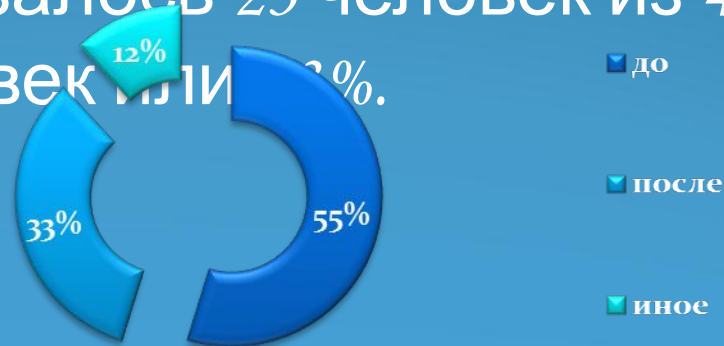
Что показало анкетирование.

2. Среди учеников тех, кто не чистит зубы - нет; тех, кто чистит зубы 2 раза в день - 31 человек (74%); 1 раз в день - 7 человек (17%); и есть даже те, кто чистит зубы 3 более раз в день, к сожалению, таких только 4 человека или всего 9%.



Что показало анкетирование.

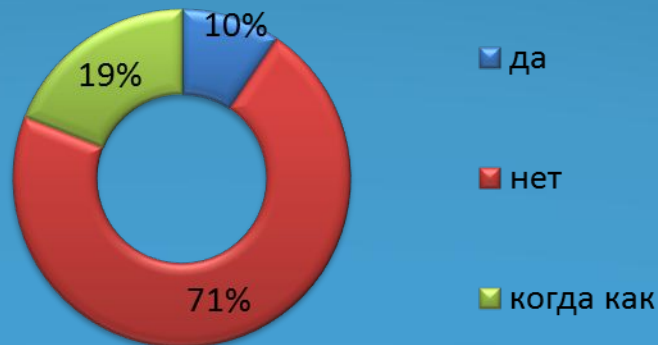
3. Чистить зубы нужно дважды в день. Утром, после завтрака, и вечером, перед сном. Большинство из опрошенных мной школьников, встав с кровати, сразу чистят зубы, после чего, завтракают и идут в школу (секцию и т.д.) в полной уверенности, что долг перед зубами они выполнили. Тех, кто чистит зубы до завтрака, оказалось 23 человек из 42, т. е. 55%, а после 14 человек или 33%.



Что показало анкетирование.

4. В нашем лицее среди учеников начальной школы любителей пожевать «жвачку» оказалось меньшинство: всего 10% (4 человека из 42). Редко жуют 71% учащихся (30 человек); 19% (8 человек) - иногда жуют часто, а в основное время редко.

Часто ты жуешь жевательную резинку?



Что показало анкетирование.

5. Большинство ребят, которых я опрашивал, регулярно посещают стоматолога. Из них 2 раза в год (как положено) - это делают 12 человек или 28%; хотя бы 1 раз в год - 15 ребят или 36%; более 2 раз регулярно посещают стоматолога 10 человек или 24%. Но есть и те, кто никогда не был у стоматолога (2 человека или 5%) или делает это реже 1 раза в год (3 человека или 7%).



ВЫВОДЫ И рекомендации.

Всем необходимо помнить, что:

- ❑ Зубы надо чистить не менее 2 раз в день, причём с утра зубы чистят после завтрака, а не до.
- ❑ Важно не то, как часто ты чистишь зубы, а то, насколько тщательно. Можно чистить зубы хоть десять раз в день, но если делать это кое-как, то пользы не будет никакой.
- ❑ Зубную щётку необходимо менять не реже 1 раза в 3 месяца. *Никогда не пользоваться чужой щёткой — даже очень близкого вам человека.*
- ❑ Не реже 2 раз в год посещать стоматолога. Стоматологи делают всё возможное, чтобы максимально снизить боль, а не увеличить её. Лечение зубов уже не такой болезненный процесс, как кажется.
- ❑ Жевательная резинка не заменит чистку зубов и принесет больше вреда, чем пользы. Поэтому ее лучше заменить морковкой, яблоком, а так же любым другим полезным овощем или фруктом, или стаканом простой кипячёной воды.



Не переживай, а пережевывай!

и будет



Радости полон рот!