

Крепкие зубы- здоровью любви



Цель:

- Правильно научиться чистить зубы и соблюдать элементарные правила гигиены.



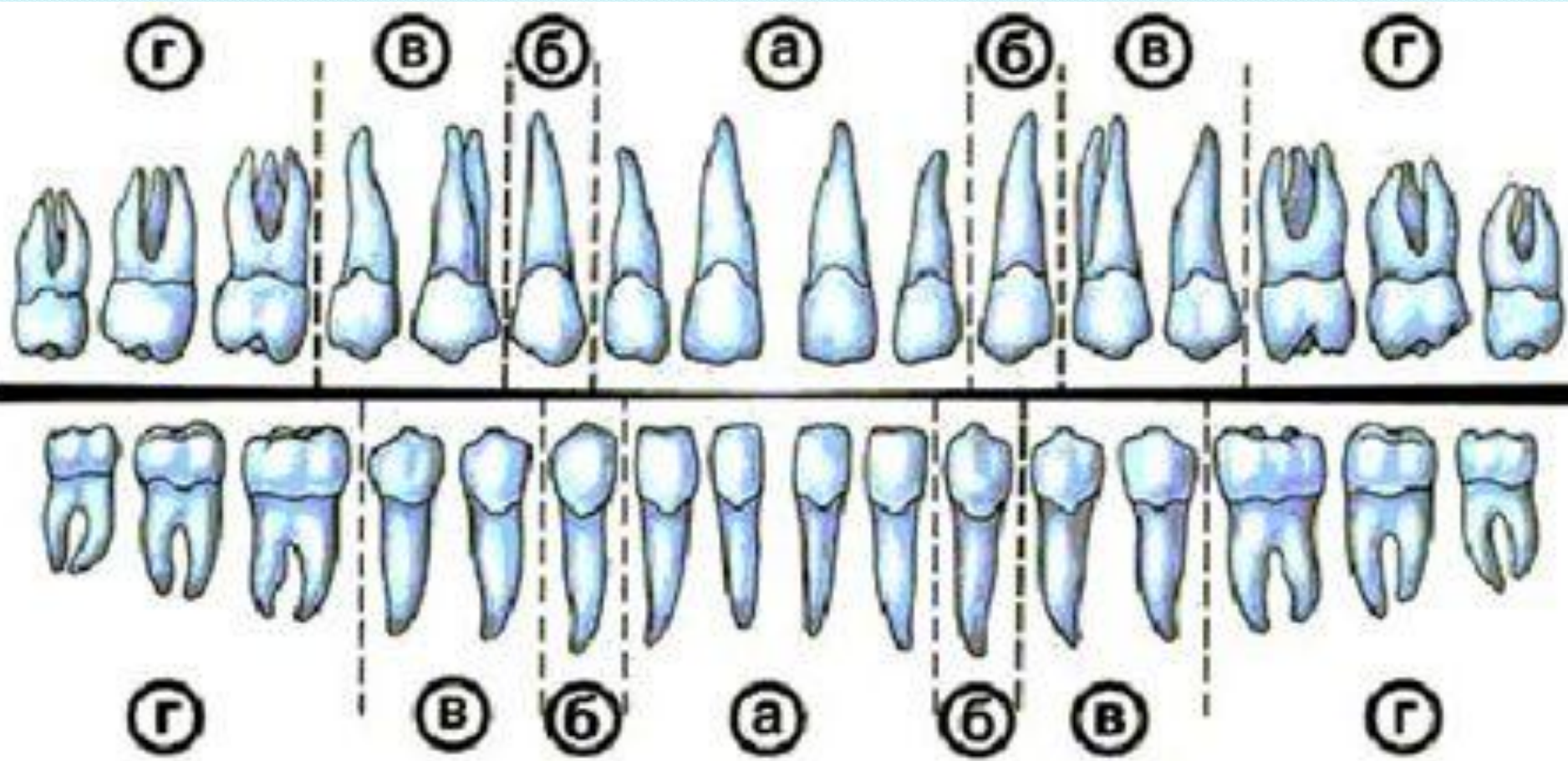
Богиня здоровья Гигиея

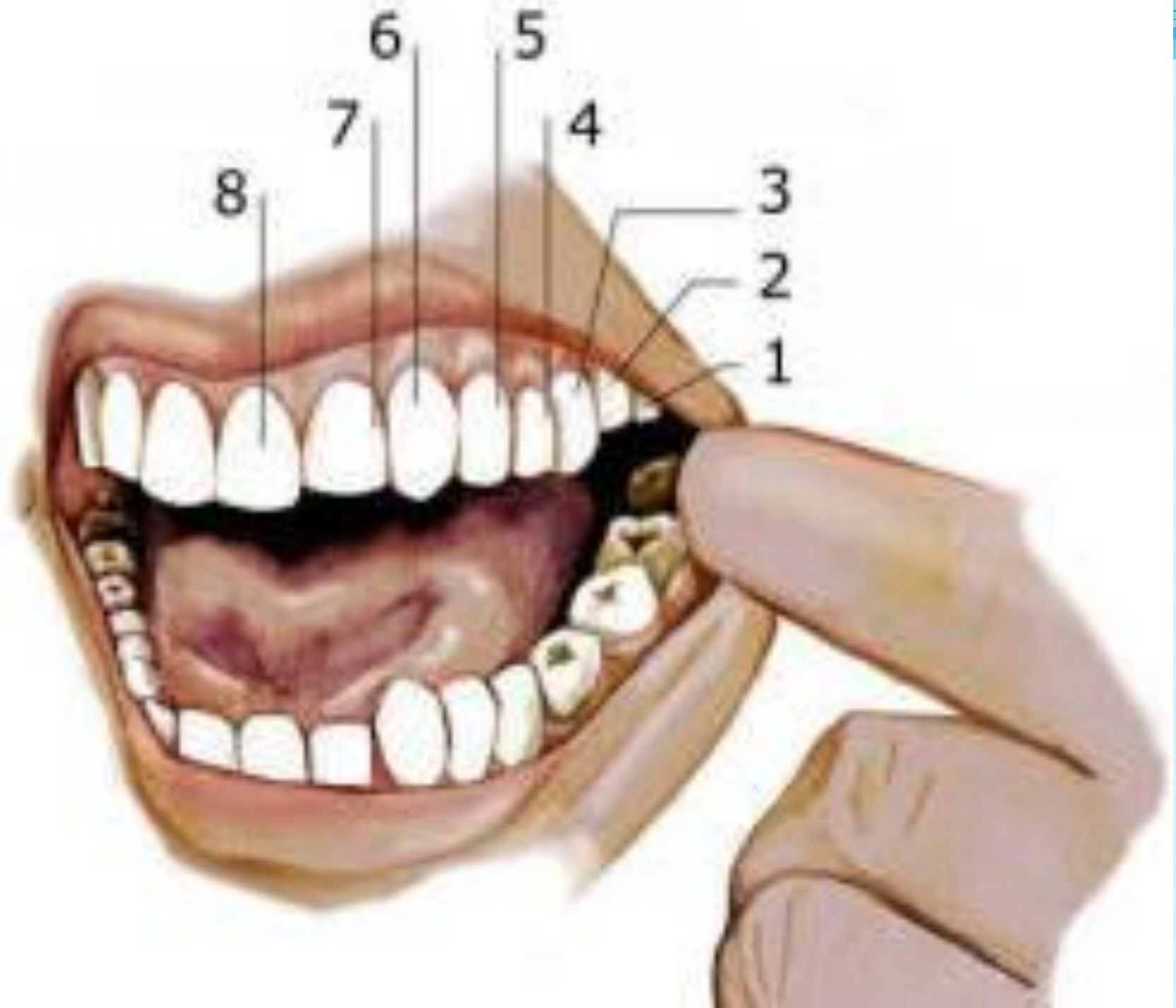




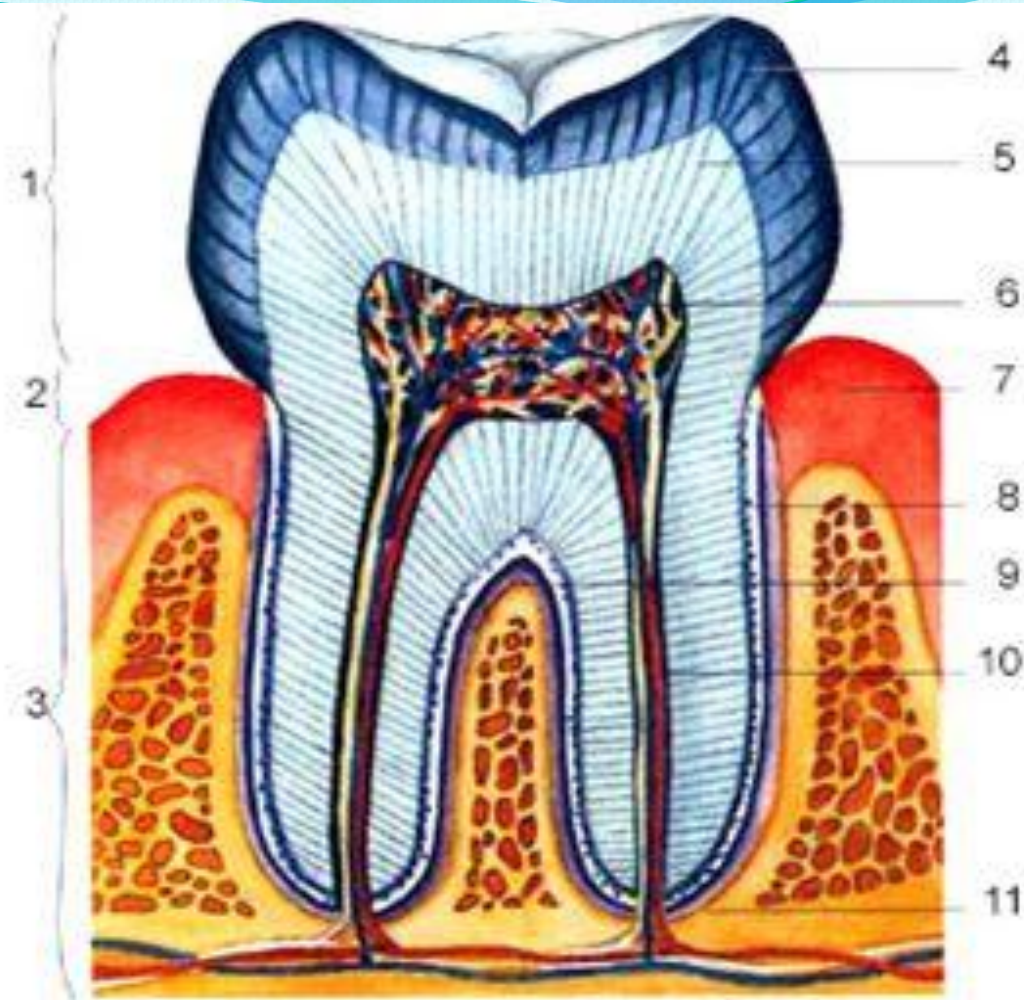
Бобёр и его плотина







Строение зуба



- | | |
|--------------------------|---------------------|
| 1. Коронка зуба | 7. Десна |
| 2. Шейка зуба | 8. Зубной цемент |
| 3. Корень зуба | 9. Надкостница зуба |
| 4. Зубная эмаль | 10. Нервы и сосуды |
| 5. Зубная кость (дентин) | 11. Зубная альвеола |
| 6. Зубная пульпа | |

Вопросы и ответы

КАРИЕС ЗУБОВ



КАРИЕС
+
КАРИЕС

кариес



● **Эмаль-** это белая и очень твердая часть зуба

Дентин- это желтая часть зуба, более мягкая , чем эмаль.

Пульпа- здесь находятся нервы и кровеносные сосуды

Союзники кариеса- налет и черный камень



Кто помогает кариесу разрушиться ?



Зубные эликсиры



Зубная паста и щётка



Правила ухода за зубами



- Чистить зубы следует 2 раза в день (утром и вечером)
- Зубная щетка должна «ходить» не только слева направо, но и сверху вниз.
- Полоскать рот после еды.



- Не увлекаться сладким.
- Правильно питаться (больше овощей и фруктов, молочных продуктов).
- Нельзя есть одновременно холодное и горячее, или пить горячее после холодного (возникнут трещины).

- Чистить зубы пастой- это необходимое средство личной гигиены.
- Иметь свою зубную щётку, никогда не чистить зубы чужой щёткой, менять зубные щётки через 2-3 месяца
- Регулярно посещать стоматолога (2-3 раза в год).



- Не ковырять в зубах острыми металлическими предметами (булавками, иголками)
- Нельзя грызть орехи, леденцы, кости, ногти и т. д.





- Если у вас неправильный прикус, нарушается функция жевания, глотания пищи, это приводит к плохой работе желудка и кишечника. Его надо исправлять.



- Неверно распределённая нагрузка на зубы приводит к парадонтиту (заболеванию десен).

- 1. В одной комнате соседи живут, одни всё кусают, другие жуют.
- 2. Мал язык, да всем телом...
- 3. Если б не было его не сказал бы ничего.
- 4. Оля ягодки берет по две, по три штуки, а для этого нужны нашей Оле...
- 5. Меж двух светил я в середине один.

- 6. Ношу их много лет , а счету им не знаю.
- 7. Лучше один раз увидеть, чем сто раз ...
- 8. Костяная спинка,
На спинке щетинка.
С мятной пастой дружит,
Нам усердно служит.

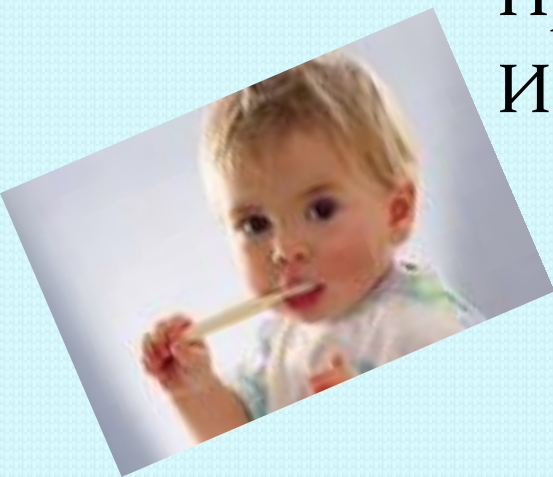
Песенка

Чтоб зубы были белыми,
Чтоб зубы были белыми,
Зубную щётку сделали
И подарили нам.



Прпев

Представьте себе, (2 раза)
Зубную щетку сделали.
Представьте себе, (2 раза)
И подарили нам.



Нам кариес не страшен,
Нам кариес не страшен.
Мы любим зубы наши
И чистим их всегда.

Привет

Представьте себе, (2 раза)
Мы любим зубы наши.
Представьте себе, (2 раза)
И чистим их всегда.

