

MJESEC ORALNOG ZDRAVLJA



12.rujna – 12 listopada

SUDJELUJTE I VI ! POSJETITE SVOG STOMATOLOGA AKO DUŽE VRIJEME NISTE !

IZABERITE STOMATOLOGA ZA VAŠE DIJETE AKO TO VEĆ NISTE UČINILI !

AKO VAM JE DIJETE PREDŠKOLSKE DOBI VRIJEME JE ZA PRVI STOMATOLOŠKI PREGLED, AKO TO VEĆ NIJE UČINJENO !

ODGAĐANJE STOMATOLOŠKOG PREGLEDA ILI NEODLAZAK JE NAJLOŠIJI I NAJSKUPLJI IZBOR ZBOG POSLJEDICA , KOJE ĆE S VREMENOM NASTUPITI !

POMOZITE DJETETU SVOJIM PRIMJEROM U REDOVITIM ODLASCIMA STOMATOLOGU. POVEDITE GA SA SOBOM DA SE PRIVIKNE NA PROSTOR I LIJEČNIKA KAKO BI SE UMANJIO NAKNADNI STRAH.

PRVI PREGLED TREBA OBAVITI DOK NEMA UPALNIH PROCESA, BOLOVA NITI POTREBE ZA STOMATOLOŠKOM INTERVENCIJOM DAKLE DOK SU ZUBI ZDRAVI.TAKO DIJETE NEĆE ZAPAMTITI STOMATOLOGA PO NEUGODI I RAZVITI STRAH OD ODLASKA STOMATOLOGU.



POMOZITE DJETETU DA SE PRIDRŽAVA ZDRAVIH NAMIRNICA, KOJE MANJE UTJEČU NA RAZVOJ KARIJESA.

DOBRO ZA MOJE ZUBE

LOŠE ZA MOJE ZUBE

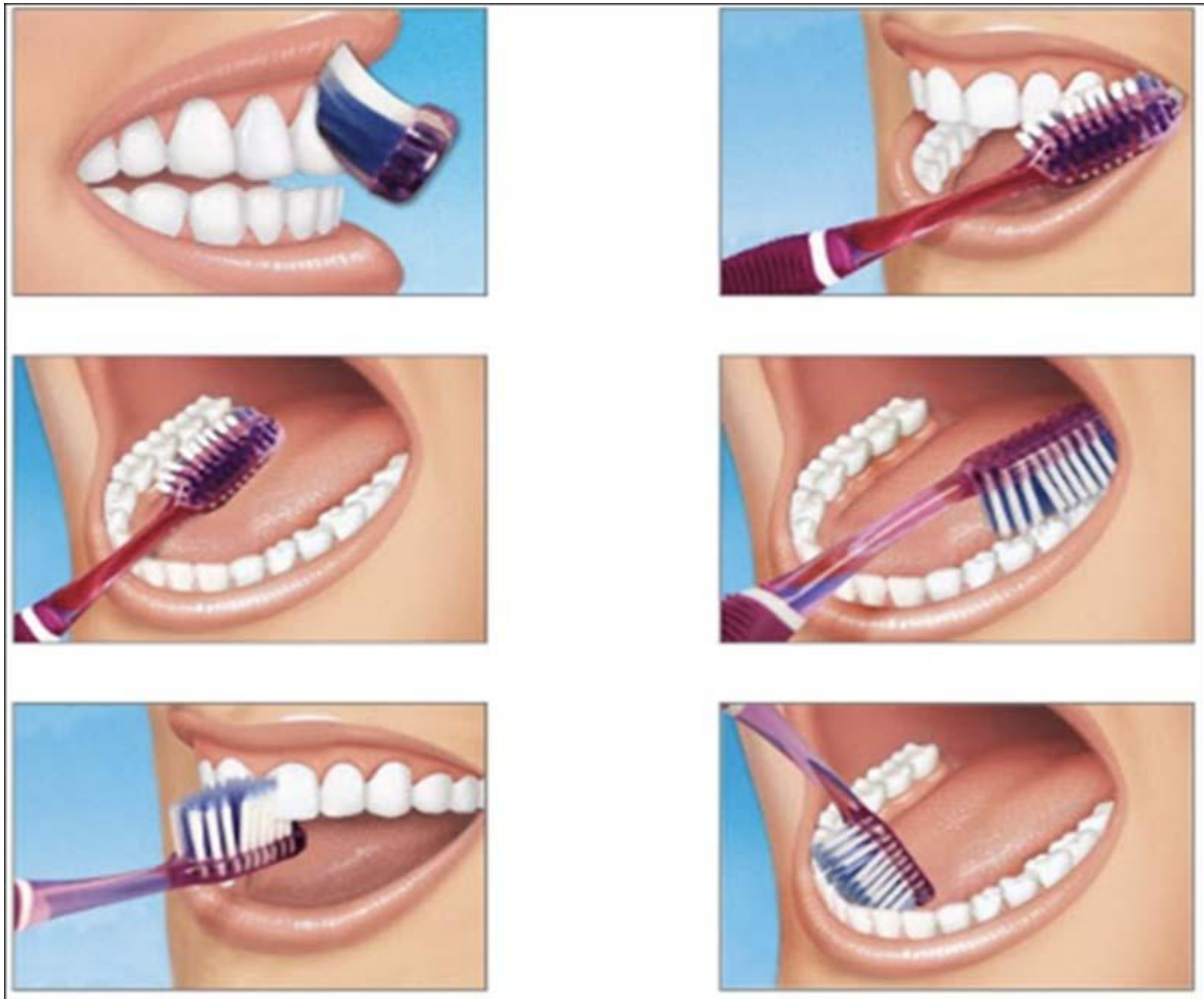


NAUČITE DIJETE PRAVILNOM ČETKANJU ZUBI I NADZIRITE GA U PROVOĐENJU HIGIJENE NAJMANJE DO 10. GODINE ŽIVOTA.

2 minute četkanja + 2 x dnevno prati zube + 2 x godišnje posjeti stomatologu

PRAVILNA TEHNIKA ČETKANJA ZUBI

KORISTITE ČETKICU PRILAGOĐENJU DJETETOVOJ DOBI S MEKIM VLAKNIMA I ZUBNU PASTU S FLUORIDOM.



1. Postavite četkicu pod kutom od 45 stupnjeva tako da dijelom pokriva zubno meso , a dijelom desni
2. Četkati laganim kružnim pokretima, bez jakog pritiska, vanjsku plohu svih gornjih zubi, a potom četkati vanjsku plohu svih donjih zubi
3. Četkati laganim kružnim pokretima unutarnju plohu svih gornjih zubi, a potom isto napraviti na donjim zubima
4. Četkati grizne plohe kutnjaka pokretima naprijed- natrag, na gornjim i donjim zubima. Ne zaboravite oprati zadnje zube u čeljusti
5. Postaviti četkicu okomito i pokretima gore – dolje četkati prednje gornje i donje zube
6. Nemojte zaboraviti iščetkati jezik.
7. Naučite ga koristiti zubni konac

Nevenka Meandžija, dr.med. specijalist školske medicine