



DIJETE

2 – 6 godina

Ovo je period mlijekočnih zuba. Zdravi mlijekočni zubi su najvažniji preduslov za zdravlje stalnih zuba. Kako bi mlijekočni zubi ostali zdravi, čistite ih dva puta dnevno sa četkicom i fluoridiziranom zubnom pastom (1000 ppm Fluorida) u količini veličine zrna graška.



Nakon četkanja zuba, pjenu je potrebno detaljno ispljunuti, a usta poslije pranja ne treba ispirati sa vodom. Međuzubne prostore obavezno redovno čistite zubnim koncem na držaču. Četkanje zuba djetetu obavezno obavlja roditelj. U ishrani djeteta smanjiti učestalost i količinu unosa rafiniranih šećera kroz slatkische, nezdrave grickalice i sokove (prirodne ili industrijske). Glavni napitak za djecu treba da bude voda. Redovni stomatološki pregledi kod dječijeg stomatologa su obvezni svakih 4-6 mjeseci.

Potražite specijalistu dječije i preventivne stomatologije kako biste pravovremeno dobili stručne savjete o očuvanju zdravlja usta i zuba kod vašeg djeteta. Vrijeme za prvi stomatološki pregled je već u prvoj godini života sa nicanjem prvih mlijekočnih zuba.

ZA ZDRAV I LIJEP OSMIJEH



OMOGUĆITE VAŠEM DJETETU ZDRAV I LIJEP OSMIJEH

Potražite specijalistu dječije i preventivne stomatologije kako biste pravovremeno dobili stručne savjete o očuvanju zdravlja usta i zuba vašeg djeteta. Vrijeme za prvi stomatološki pregled je već u prvoj godini života sa nicanjem prvih mlijekočnih zuba. Dobrom higijenom, pravilnom ishranom i redovnim posjetama stomatologu omogućite vašem djetetu da ima zdrav i lijep osmijeh za cijeli život.

POGLEDAJTE EDUKATIVNI VIDEO ➤





MAJKA

Trudnoća

Sluznice usta su u trudnoći posebno osjetljive zbog hormonalnih promjena. Zubne naslage (plak) mogu uzrokovati upale zubnog mesa, tzv. trudnički gingivitis. Obavite pregled kod stomatologa i ukoliko je potrebno izliječite upalu zubnog mesa i zube zahvaćene karijesom (zubni kvar). Čistite svoje zube najmanje dva puta dnevno sa zubnom pastom koja sadrži fluoride. Redovno koristite zubni konac. Pojačajte oralnu higijenu ispiranjem oralnim vodicama. Ishrana trudnice treba da bude uravnotežena i treba da sadrži puno voća, povrća i mlijecnih proizvoda. Prije termina poroda obavite još jedan kontrolni stomatološki pregled, a ukoliko je potrebno uradite popravke zuba na vrijeme. Majkama se preporučuju žvakače gume sa xylitolom, jer na taj način reduciraju nivo kariogenih bakterija u svojim ustima.

Vaša beba je stigla

Čestitamo Vam dolazak vaše bebe. Dojenje je za početak najbolja briga za zdravlje i razvoj zuba vašeg djeteta. Majčinsko mlijeko sadrži sve što je potrebno za razvoj zuba, a sisanjem se kod Vašeg djeteta razvijaju i jačaju vilice, usne i jezik. Kod nemogućnosti dojenja treba koristiti cucle koje stimulišu razvoj vilica. Nemojte dodatno proširivati otvor na cuclu flašice. Vašem djetetu dajte samo nezaslađene napitke.

NIKADA NE LIŽITE KAŠIKICE I CUCLE koje djetetu stavlјate u usta, jer se na taj način iz vaših usta na dijete direktno prenose bakterije koje uzrokuju karijes.

DIJETE

6. - 12. mjesec

Od šestog mjeseca života počinje nicanje mlijecnih zuba. Zube bebe čistite čim se pojave u ustima. Jednom dnevno (najbolje navečer) ih očistite sa vlažnom gazom namotanom na kažiprst. Za čišćenje zuba koristite zubnu pastu sa fluoridima (1000 ppm Fluorida). Za uzrast djeteta od 6 mj. do 2 g. količina fluoridirane zubne paste treba biti **veličine zrna riže**. Ukoliko dijete koristi cuclu, ona treba imati fizološki oblik. Za piće djetetu preferirajte nezaslađene napitke (voda, nezaslađen čaj). Izbjegavajte uspavljivanje sa flašicom ili noćne flašice sa hranom, sokom ili zasađenim čajem jer je to najčešći uzročnik ranog dječjeg karijesa. Nemojte lizati dječiju kašiku/flašicu/cuclu jer se tako prenose bakterije koje uzrokuju karijes. Vrijeme za prvu posjetu dječijem stomatologu je sa nicanjem prvih mlijecnih zuba (6.-12. mj.).

12 - 18. mjesec

Obavezno svaki dan očistite djetetu zube dva puta dnevno, sa četkicom i fluoridiziranom zubnom pastom (1000 ppm Fluorida) **veličine zrna riže***. Dobro očistite vanjske, unutrašnje i grizne površine zuba. Ishrana djeteta u ovoj fazi života je posebno važna. Flašice sa zaslaćenim napitcima i noćne flašice su najveći neprijatelj zuba vašeg djeteta. Voćni sokovi, pored šećera sadrže i kiseline koje nagrizaju zube. Smanjite količinu i učestalost unosa rafiniranih šećera kroz slatkiše i sokove. Vaše dijete sada može prestati piti iz flašice i treba da piće iz čaše. Najbolje je da piće vodu ili nezaslađen čaj. Redovni stomatološki pregledi su obavezni svakih 4-6 mjeseci.