

Кариес – это инфекция.

Все родители мечтают о том, чтобы зубы их малышей были здоровыми. Многие мамы и папы полагают, что если их зубы хорошие, то и у ребенка проблем не будет, а если наоборот, то кариес неизбежен. В данном случае родители не совсем правы. Кариес – это инфекционный процесс, который вызывается кариесогенными микроорганизмами, которые ферментируют углеводы пищи с образованием кислот в условиях низкой устойчивости эмали зубов. Именно последний фактор определяется химическим составом и наследственностью. Все остальные – результат воздействия внешней среды и образа жизни.

Поэтому главным направлением профилактики кариеса является борьба с кариесогенными микроорганизмами. Родители должны предупредить попадание этих микробов в рот ребенка. Заражение происходит при попадании в рот слюны человека, имеющего их в большом количестве, например при облизывании соски, пробы еды с ложки, поцелуях, облизывании пальчиков малыша, которые он потом возьмет в рот. Наиболее часто таким человеком становится мать, бабушка, няня. Многие мамы сокрушаются, что избежать «слюнного» контакта невозможно. В таком случае нужно принять меры по снижению уровня этих микробов в слюне матери. В первую очередь необходимо до родов привести в порядок свои зубы, тщательно соблюдать гигиену полости рта. После начала прорезывания зубов у ребенка мама может в течение одного месяца использовать ополаскиватель для полости рта с хлоргексидином. При соблюдении этих мер количество кариесогенных бактерий в ротовой полости мамы снижается, а в случае попадания ее слюны в рот ребенка, риск заражения снижается в значительной степени.

Вторым компонентом, способствующим развитию раннего детского кариеса, является кариесогенное вскармливание – это сахара в напитках, молоке и детских молочных смесях в периоды ночного и дневного сна; высокая частота потребления сахаров из напитков и твердой пищи; использование бутылочки для вскармливания и успокоения, привычка сосания; продолжительное вскармливание.

Одним из профилактических методов раннего детского кариеса является тщательная гигиена полости рта малыша. С момента прорезывания первого зуба нужно протирать салфеткой или мягкой тканью, смоченной в воде или отваре ромашки. После полного прорезывания коронок первых зубов можно начинать их чистить детской зубной щеткой, предназначенной для детей этого возраста. Во время чистки щеткой следует совершать «подметающие» движения от десны к режущему краю зубов или круговые движения. Лучше делать это утром после завтрака и вечером перед сном. С 1 года можно начинать применение зубной пасты, выпускаемой для детей данного возраста. При производстве таких паст учитывается тот факт, что дети еще не умеют сплевывать, и поэтому в их состав включены компоненты, обладающие нераздражающим слизистую оболочку действием. А родители, в свою очередь, должны выдавливать на щетку такое количество пасты, чтобы только смазать кончики щетинок. Для определения количества выдавливаемой пасты достаточно для чистки зубов ребенка в возрасте двух лет и старше, родители могут ориентироваться на ноготок на мизинце их ребенка – по размеру они должны быть одинаковыми. Ребенок не сможет качественно чистить зубы самостоятельно до 6-7 лет, так как его моторные навыки несовершенны из-за незрелости нервной системы. До школьного возраста ребенок лишь тренируется, а чистка зубов осуществляется родителями.

Доцент кафедры стоматологии детского возраста БГМУ,

кандидат мед. наук Наталья Шаковец.