

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

Здоровая улыбка с раннего детства

9 февраля отмечают свой профессиональный праздник врачи-стоматологи. Их работу трудно переоценить, потому что красивая улыбка означает не просто физическое здоровье. Она позволяет чувствовать себя уверенно, дарит психологический комфорт.

Мы все прекрасно знаем правила гигиены полости рта и помним про важность заботы о здоровье зубов. И тем не менее, довольно часто среди родителей звучит мнение: зачем лечить молочные зубы, они всё равно поменяются. Чтобы расставить все точки над И, мы решили побеседовать на тему ухода за детскими зубами с врачом-стоматологом Чкаловской ЦРБ и «по совместительству» многодетной мамой М.В. Ерышевой.

Мария СТАФЕЕВА, фото предоставлено М.В. Ерышевой

- Марина Валентиновна, может, и правда, не стоит так уж беспокоиться о молочных зубах? Они же временные.

- Временные-то они, временные, но раз природа наградила нас ими, значит, для чего-то они нам нужны. С момента прорезывания молочных зубов и до их смены на постоянные проходит 12-13 лет. Это достаточно большой срок, за который челюсти вырастают до полноценных размеров, созревают постоянные зубы, формируется прикус. Всё это обеспечивается наличием молочных зубов.

Необходимо помнить:

- из-за потери молочного зуба ребенку будет сложнее пережевывать пищу, в результате чего может страдать ЖКТ;
- зубы участвуют в формировании речи;
- удаление молочного зуба может привести к смещению соседнего и прорезыванию постоянного зуба не на своём месте;
- пораженный зуб может послужить причиной заболевания постоянного зуба, находящегося под ним.

- Что же тогда делать? Как предотвратить появление кариеса у ребёнка?

- Прежде всего, нужно помнить: здоровье детских зубов - зона ответственности родителей. Именно они отвечают за формирование у ребёнка привычки по уходу за зубами.

Сначала вы сами будете чистить зубы малышу, затем постепенно приучать его делать это самостоятельно. Также нужно выработать у ребёнка привычку полоскать рот после приёма пищи.

И, конечно, необходимо посещать стоматолога несколько раз в год, в идеале каждые 3-4 месяца.

- Какая щётка подойдёт лучше всего? Можно ли детям пользоваться электрическими зубными щётками?

- Для совсем маленьких деток рекомендуется приобретать силиконовую щётку-напалечник. Для тех, кто постарше, подойдут любые детские щётки. Ценовой диапазон тут не важен, потому что менять щётку следует каждые 3 месяца. Нужно следить за качеством чистки, чтобы щётка не травмировала зубы и дёсны.

У электрических щёток, несомненно, есть ряд преимуществ: они эффективно снимают налёт особенно в труднодоступных для обычных щёток местах. Но взрослым всё-таки лучше контролировать процесс и качество чистки.

- Существуют какие-либо превентивные меры для предотвращения кариеса? Одно время было очень популярно серебрение.

- Это всего лишь один из вариантов, к тому же сейчас он считается устаревшим. Серебрение может лишь отсрочить лечение. У такого покрытия небольшой срок действия, оно истирается. Кроме того, зубы, обработанные серебросодержащим составом, темнеют.

Есть гораздо более эффективные способы сохранить зубы здоровыми, например, фторирование. Этот метод может победить начавшийся кариес, так как заполняет разрушенную полость структурным материалом. Глубокое фторирование защищает мо-

ляры (у детей это четвёртые и пятые зубы молочного ряда с левой и правой стороны челюсти) в течение года, потом процедуру повторяют.

Конечно, есть и противопоказания к фторированию. Например, непереносимость фтора либо избыток этого элемента в питьевой воде. Также противопоказанием является множественное кариозное поражение моляров.

При этом хочу подчеркнуть: ни одна из перечисленных методик не уничтожает причину появления кариеса. Помните, что крепость зубной ткани зависит от иммунной системы, поэтому первоочередной задачей является укрепление иммунитета. Правильное питание, прием витаминно-минеральных комплексов, закаливание и уменьшение количества сладостей - важный момент в формировании здоровья ребенка.

Продукты, повышающие риск возникновения кариеса:

- сладости, шоколад;
 - содержащие углеводы хлебо-булочные изделия, макароны;
 - газированные напитки.
- Также следует избегать кислой, очень горячей или очень холодной пищи.

- Что делать, если всё-таки ребёнку нужно лечить зуб? Стоит ли соглашаться на наркоз?

- Визит к стоматологу - это стресс и для ребёнка, и для родителя. Маленького пациента сложно уговорить сесть в кресло даже для обычного профосмотра, не говоря уже о тех случаях, когда требуется избавиться от шатающегося молочного зубика или провести серьёзное стоматологическое вмешательство.

До недавнего времени отечественные специалисты не особо задумывались о психоэмоциональном состоянии пациента. Сегодня все активнее внедряют в массы стоматологию во сне, делая ее общедоступной и безопасной. Инновации в корне меняют все представления о стоматологических процедурах. Тем не менее, лечение во сне в детской стоматологии связано с определенными рисками и последствиями, что вызывает ряд вопросов у родителей.

- Некоторые считают, что наркоз в детском возрасте очень вреден. Так ли это?

- Подобное утверждение крайне абстрактно. Однако оно закрепляется в сознании многих мам и пап, предпочитающих мучить малышей многодневным лечением насильно. Большинство детей панически боятся стоматологического кресла, что может привести к серьёзным расстройствам, включая заикание, энурез. При неадекватных поведенческих реакциях стоит обсудить со стоматологом возможность проведения манипуляций с помощью седации или под наркозом. Такое решение позволит уберечь ребенка от механической и психологической травм, а также сохранит нервы родителей.



• М.В. Ерышева

2010 г. - окончила Нижегородский медицинский базовый колледж №3, специальность "стоматология".

2017 г. - окончила Самарский государственный медицинский университет, специальность "стоматология общей практики".

2017 г. - прошла переподготовку в Нижегородской государственной медицинской академии по специальности "стоматология терапевтическая".

Работает в Чкаловской ЦРБ с 2010 года.

- А чем различаются между собой седация и наркоз?

- В первом случае пациент погружается в искусственную полудрему с помощью ЗАКС (кислородная седация на основе закиси азота). Гипоаллергенный и безопасный газ поступает в организм ребенка посредством специальной маски, обезболивает и успокаивает. Ребенок как бы засыпает, расслабляется, но при этом контактирует с доктором, дышит самостоятельно. К препарату нет привыкания. При его применении не требуется продолжительного наблюдения после стоматологической процедуры. Спустя несколько часов пациент может отправиться с родителями домой. На протяжении суток возможна некоторая заторможенность. Но после здорового сна это состояние полностью исчезает.

Во втором случае - при применении наркоза - полностью отключается сознание и защитные механизмы. Время действия наркоза определяет детский анестезиолог-реаниматолог. Основанием для установления его продолжительности служит самочувствие ребенка, объем и сложность предстоящей процедуры. Родители при этом обязательно должны дать свое согласие.

В детской стоматологии практикуют два варианта общей анестезии:

- ингаляционная - посредством маски ребенок вдыхает

газообразный наркоз и засыпает спустя 15-20 секунд;

- внутривенная - препарат вводят через катетер.

- Возможно ли провести лечение зубов под наркозом в нашей поликлинике?

- Лечение с применением седации или наркоза - процедура очень сложная, требующая специальных знаний и оборудования. В нашей поликлинике её проведение невозможно. Если потребность в таком лечении возникнет, пациент или его законный представитель могут обратиться в Областную стоматологическую поликлинику или частную профильную клинику.

- Какую первую помощь нужно оказать при возникновении зубной боли?

- Ни в коем случае нельзя заниматься самолечением. Требуется немедленно обратиться в поликлинику или в приёмный покой, если подобный случай произойдёт в выходной день. В больнице есть дежурный врач. Принимать препараты можно только по его назначению.

- Марина Валентиновна, что Вы пожелаете нашим читателям?

- Не бояться стоматологов и, конечно, иметь красивую и здоровую улыбку!



Фото из интернет-ресурса