

Plač

Ako vaše dete plače, ono nije sigurno gladno ili žedno. To može jednostavno biti potreba za pažnjom ili naklonošću : zagrljaj to može umiriti.



Cucle i palac

Cucle i palac ometaju pravilan razvoj čeljusti i rizikuju da izazovu nepravilnosti u položaju zuba. Takodje mogu ometati učenje jezika. Neki glasovi, takozvani dentalni, zubni glasovi, se zbog nepravilnog položaja zuba ne mogu izgovoriti pravilno.

Rezervižite njihovu upotrebu isključivo u vremenu pre spavanja i uspavlivanja.

Piti iz šolje

Počevši od 2 godine deca treba da nauče da piju iz šolje ili flaše. Ovo promovira razvoj gutanja i jezika deteta.

Flašica za mleko i cucla prestaju do 2 godine !



U kom uzrastu se preporučuje prvi pregled kod stomatologa ?

Prvi pregled kod stomatologa se preporučuje u dobi od 2-3 godine, ali se može obaviti i ranije.

Vaš pedijatar, koji će prilikom prvih pregleda i vakcinacija pregledati zube vašeg deteta može vas posavetovati o nezi prvih zubića. Ukoliko je potrebno uputiće vas stomatologu.



Ilustracija zasluga : LU.TH

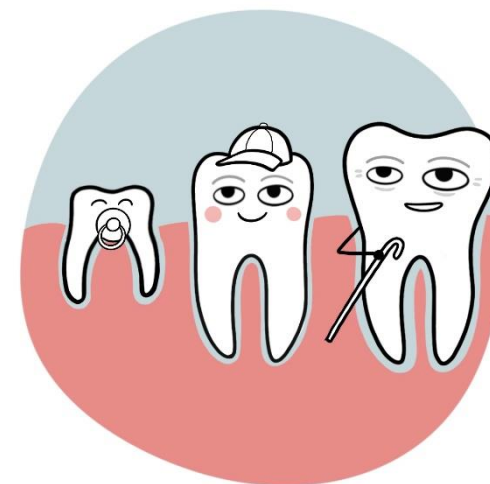
Ovu brošuru mozete je naći kao i sve informacije o Clinique Dentaire de la Jeunesse skeniranjem ovog QR koda.



Serbo-Croate

Zdravi mlečni zubi

Zdravlje za život



Brochure élaborée par :

Dr. C. Hefti et Dr P. Carp, pédiatres
Dr L. Neveu, médecin-dentiste

Clinique Dentaire de la Jeunesse
Rue de Neuchâtel 2, 1400 Yverdon-les-Bains
T. 024/423.64.90 email : cdj@ylb.ch



Jeunesse et
cohésion sociale

Zdravi zubi za ceo život

Briga o mlečnim zubima čim se pojave obezbediće kasnije dobre stalne zube.

Karijes nije nasledan !

Ali pokvaren zub koji se ne leči može kontaminirati susedne zube.



Karijes ranog detinjstva je posebno agresivna i bolna bolest zuba. Razvija se kod odojčadi i male dece koja učestalo piju mleko i zasladjene napitke iz flasicice za mleko.

Izbijanje prvih mlečnih zuba

Prvi zubi izbijaju oko 6-8 meseci, a od 3.godine su svi prisutni.



Poslednji mlečni zubi ispadaju oko jedanaeste godine.

Kada treba da počne pranje zuba ?

Pranje zuba počinje sa izbijanjem prvih zuba!

Perite detetu zube 3 puta dnevno, na četkicu stavite količinu paste veličine manjeg zrna graška i perite zube oko 2 minuta.



Nakon pranja nema potrebe da ispirate usta vodom. Dovoljno je ispljunuti.

Izbor paste za zube

Fluoridi čine zube otpornijim na karijes. Izaberite pastu za zube prilagodjenu uzrastu vašeg deteta da biste obezbedili dovoljnu dozu fluorida.

Za decu nižeg uzrasta koristite pastu za zube naznačenu za 0-6 godina.

Dobro operite zube pre spavanja !

Ne stavljajte dete u krevet sa flasicom mleka, čaja ili kakaoa !

Zubi moraju ostati čisti cele noći !



Žvakanje i Varenje

Hleb od integralnog bračna, voće i sir jačaju zube.

Velika količina pljuvačke se stvara tokom žvakanja.

Pljuvačka štiti naše zube i omogućava da se hrana pravilno samelje kako bi se olakšalo varenje.



Uravnotežena i zdrava ishrana je važna za zdravlje zuba.

Učestala konzumacija rafinisanog šećera i sokova uzrokuje pojavu karijesa.

Roditelj kao dobar primer

Beba i dete imitiraju navike roditelja i prate iste sklonosti u ishrani.

Zato nemojte zaboraviti da :

- Piti vodu
- Oralnoj higijeni treba dati prioritet zato operite zube nakon svakog obroka, zatim ostavite mirna usta nekoliko sati.
- Konzumirati piće i hranu sa visokim sadržajem šećera samo u izuzetnim okolostima.

