



СТОМАТОЛОГ_СЕЛЮТИНА,
у меня вопрос:

**#КАК ЗАБОТИТЬСЯ
О ДЕТСКИХ ЗУБАХ?**



Москва
2018

УДК 616.31-053.2
ББК 57.33
С29

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:
Dream Master, Nadiinko, YourElechka, davooda, graphixmania,
Leremy, Serhiy Smirnov / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com
Фотография на обложке *Родиной Елизаветы*

Селютина, Юлия Игоревна.

С29 Стоматолог Селютина, у меня вопрос: как заботиться о детских зубах? / Юлия Селютина. — Москва : Издательство «Э», 2018. — 192 с. : ил. — (Инстадоктор. Советы для родителей).

«У детей зубы не болят и не нужно их лечить, все равно выпадут» — этот крепко засевший в головах стереотип давно уже устарел! Здоровые зубки вашего ребенка влияют не только на внешний вид, но и на его речь в дальнейшем. Поэтому так важно лечить и ухаживать за полостью рта с раннего возраста. Благодаря книге Юлии Селютиной вы узнаете, как правильно ухаживать за полостью рта с момента прорезывания первого зуба, какие способы лечения и профилактики стоматологических заболеваний наиболее эффективны, когда необходимо обращаться за помощью к стоматологу, что и в каком возрасте необходимо сделать, чтобы улыбка вашего ребенка в будущем была красивой.

Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

УДК 616.31-053.2
ББК 57.33

© Селютина Ю., текст, 2018
© Алейникова А., иллюстрации, 2018
© Ветров И.В., иллюстрации, 2016
© Грунина П.А., иллюстрации, 2017
© Родина Е., фото, 2018
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2018

ISBN 978-5-04-088852-8

Оглавление

От автора 6

Глава 1.

**Дети от 0 до 3 лет: период формирующегося
молочного прикуса** 9

Кратко о периоде 9

Когда закладываются молочные зубы 11

О количестве молочных зубов 13

Как облегчить прорезывание зубов 14

Строение молочного зуба 18

Об уздечке верхней губы 20

Об уздечке языка 20

Основы ухода за молочными зубами 21

Как приучить малыша чистить зубы 22

Средства для ухода за зубами 25

О сосании пальца и соски и их влиянии
на прикус 33

О посещении детского врача-стоматолога 35

Глава 2.

Дети от 4 до 7 лет:

период молочного прикуса	38
Кратко о периоде	38
Основы ухода за молочными зубами	39
О правилах чистки зубов	40
Как приучить ребенка к чистке зубов	42
Средства для ухода за зубами	48
Скребок для языка	57
Жевательная резинка	60
Уздечка языка	61
Об ортодонте, прикусе и кривых зубах	62

Глава 3.

Дети от 8 до 14 лет:

период сменного прикуса	70
Кратко о периоде	70
О правилах чистки зубов	70
Как приучить ребенка чистить зубы	71
Средства для ухода за зубами	76
О посещениях детского врача-стоматолога	82
О пластинках	82
О брекетах	84
Об альтернативе брекетам	87

Глава 4.

Стоматологические болезни у детей 90

Причины налета на зубах 90

Кариес 92

Осложнения кариеса 104

Некариозные поражения зубов 110

Травмы молочных зубов 119

Поражение слизистой оболочки полости рта . 125

Глава 5.

Профилактика и лечение

стоматологических заболеваний у детей 131

Зачем заниматься профилактикой
и лечением молочных зубов? 131

Профилактика 133

Лечение 140

Особенности лечения зубов у детей 154

Глава 6.

Краткие ответы детского стоматолога

на часто задаваемые вопросы 166

Заключение 171

Алфавитный указатель 172

Приложение 179

От автора

Меня зовут Юлия Селютина. Я практикующий детский врач-стоматолог.

В 2008 году я окончила стоматологическое отделение медицинского факультета Российского университета дружбы народов, а затем в течение года там же училась в интернатуре. Профессиональную переподготовку по детской стоматологии прошла при Московском государственном медико-стоматологическом университете им. А.И. Евдокимова. В 2010 году стала победительницей Всероссийского конкурса стоматологического мастерства. Являюсь автором и соавтором нескольких научных статей. Неоднократно выступала с докладами на известных российских и международных конференциях по детской стоматологии.

Я люблю свою профессию и благодарна случаю, который привел меня именно в детскую стоматологию.

Я замужем. В мае 2015 года я стала мамой: моего чудесного малыша зовут Вовой. Сын — мое вдохновение и счастье. С его появлением я стала с еще большим трепетом относиться к своим маленьким пациентам и их родителям. Считаю, что для детского

стоматолога это огромный плюс. Если врач, работающий с ребенком, способен разделить чувства матери, если он при необходимости может посочувствовать и поддержать, родители это высоко ценят.

Эта книга предназначена для всех родителей, которые хотят знать, как правильно ухаживать за детскими зубками, или как предупредить кариес, или что делать, если у малыша внезапно разболелся зуб. Конечно, в интернете полно информации, но правда вот в чем: не всему из того, что пишут в Сети, можно доверять.

Думаю, мне удалось собрать в книге все, что вам нужно знать о зубах вашего ребенка. Подчеркну: я не стремилась написать учебное пособие для врачей. Основная моя цель — донести до молодых родителей сложную медицинскую информацию доступным языком.

Кстати, чтобы найти ответы на интересующие вопросы, вам совершенно не обязательно читать книгу от начала до конца: она построена по принципу справочника, поэтому достаточно заглянуть в оглавление и открыть нужную часть.

Освещая некоторые темы, я опиралась исключительно на личный врачебный опыт, а также излагала собственное видение решения той или иной проблемы. Некоторые коллеги могут быть не согласны со мной. Такая реакция неизбежна, поскольку медицина

в целом и стоматология в частности — наука неточная. Каждый клинический случай уникален. К каждому пациенту, а тем более к ребенку, требуется индивидуальный подход. То, что прекрасно поможет одному, не подойдет другому.

Искренне надеюсь, что книга, в создание которой я вложила душу, которой посвятила уйму времени и сил, займет почетное место в вашей домашней библиотеке.

Глава 1

Дети от 0 до 3 лет: период формирующегося молочного прикуса

Кратко о периоде

- От рождения и до трех лет ребенок — а вместе с ним и родители — проходит несколько этапов развития, в результате которых в его изначально беззубом рту появляется полный набор молочных зубов.
- Если процесс прорезывания очередного зуба доставляет ребенку боль и дискомфорт, то он начинает капризничать и для всей семьи наступает период бессонных ночей.
- В это же время начинается и уход за зубами. Родители должны сперва сами научиться регулярно и качественно чистить зубки своего малыша, а потом приучить к этому и его самого. Все детали этой темы подробно рассмотрены в книге.

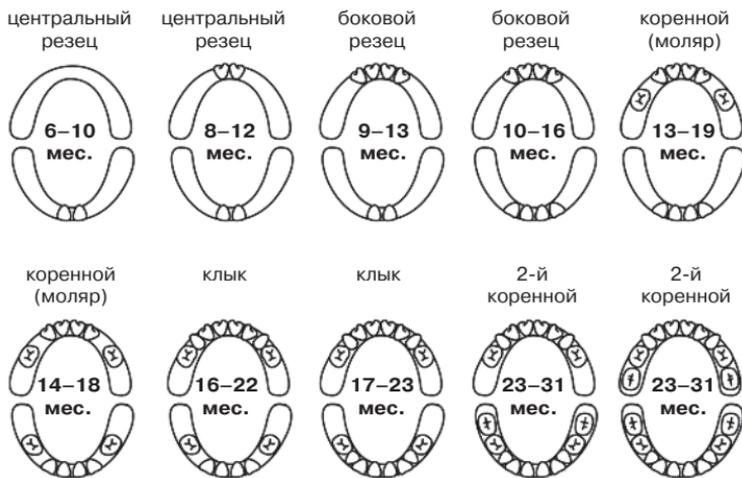
- Ребенку до трех лет свойственно сосать палец или соску. Однако нужно вовремя отучить его от этих привычек, иначе есть риск формирования неправильного прикуса.
- Именно в раннем возрасте можно оценить тенденции формирования прикуса. Однако для этого должны полностью прорезаться все 20 молочных зубов.
- До трех лет можно решить проблему короткой уздечки языка. В первые дни после рождения это делают лишь в том случае, если возникают трудности при вскармливании ребенка. Если таких затруднений нет, то решение вопроса откладывается вплоть до школьного возраста.
- От рождения и до трех лет — время введения прикорма и перехода ребенка на общий стол. Важно понимать, что характер питания, его режим, наличие перекусов влияют на состояние здоровья зубов.



Когда закладываются молочные зубы

Все молочные (они же временные) зубы закладываются на пятой-седьмой неделях внутриутробного развития. Поэтому состояние здоровья беременной женщины в этот период напрямую влияет на здоровье зубов будущего ребенка.

Сроки и последовательность прорезывания зубов



Существуют схемы и таблицы, в которых приводятся сроки прорезывания молочных зубов. Именно на эти цифры зачастую ориентируются врачи и родители, ожидая появления очередного зуба.



В среднем молочные зубы начинают прорезаться с шести месяцев, а последние появляются к 2,5 годам.

Однако следует помнить, что все эти сроки условны и сильно усреднены. Отклонения могут быть как в меньшую, так и в большую сторону. Иногда прослеживается прямая зависимость от климата, в котором проживает ребенок, питания, генетических и индивидуальных особенностей развития.



Не переживайте, если в год у вашего малыша нет ни одного зуба или в три месяца уже прорезался один или несколько. Кстати, зубы могут выходить по одному или парами и даже группами. Это тоже нормально.



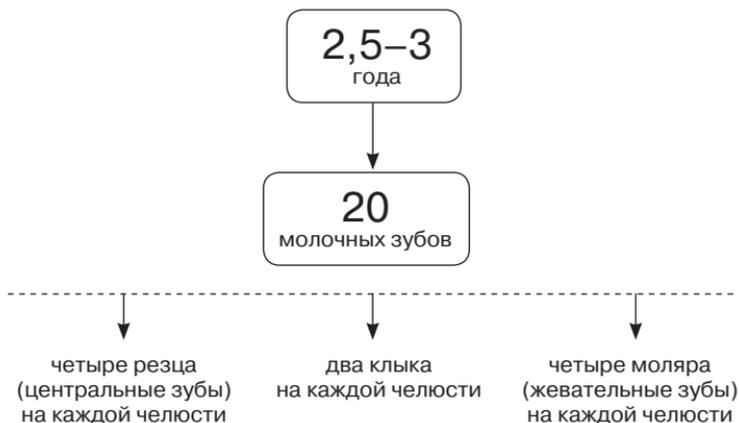
Даже если первый молочный зуб прорезался ближе к году, нет повода для беспокойства.

Итак, если педиатр говорит, что с общим состоянием здоровья ребенка все в порядке, то откладываем панику в сторону, позволяя зубам малыша появляться в нужное для них время.

Прорезывание зубов не по порядку или не в срок — не повод для назначения лекарств или витаминов. И тем более это не вправе делать стоматолог. Кальций, витамины назначает только педиатр при наличии для этого веских оснований.

О количестве молочных зубов

Приблизительно к 2,5–3 годам у ребенка появляются все молочные зубы, то есть 20 штук:



Важно понимать, что все эти зубы — молочные, то есть временные. Они должны поменяться.



Всего молочных зубов должно быть 20.
По 10 вверху и внизу.

Как облегчить прорезывание зубов

Прорезывание зубов — это всегда событие.

Примерно за две недели до этого могут появиться так называемые **предвестники прорезывания зубов**:



- повышение температуры тела ребенка;
- беспричинные капризы и плач;
- повышение слюноотечения;
- потеря аппетита;
- недовольство питанием;
- желание все тянуть в рот;
- головная боль;
- диарея (в редких случаях);
- покраснение и отечность десен;
- ▼ просвечивание зуба сквозь десну

Впрочем, большинство перечисленных симптомов достаточно субъективны, и не всегда они однозначно предсказывают, что у малыша вот-вот начнут прорезаться зубки.

До своего появления зуб должен пройти сложный путь: преодолеть сопротивление кости и слизистой

оболочки десны. Этот процесс требует времени и высоких энергетических затрат, из-за чего у ребенка может снизиться иммунитет. Результат — присоединение сопутствующих инфекционных заболеваний: ОРВИ, ОРЗ, кишечных инфекций и т.п. Зачастую именно они, а вовсе не прорезывание зубов как таковое служат причиной повышения температуры и возникновения диареи.

Так что знайте: не всегда зубы виноваты во «всех смертных грехах», в которых их любят винить педиатры.

Как помочь малышу в этот важный для него, но непростой период?

Облегчат боль и снимут дискомфорт препараты, предназначенные для приема внутрь: свечи или сиропы с ибупрофеном или парацетамолом.



сиропы



свечи