

CUM PREVENIM CARIA DENTARĂ?

PREVENȚIA DE ACASĂ

1. Periajul dentar trebuie să aibă o durată de 2-4 minute, de două ori pe zi, dimineața și seara.
2. Înainte de periaj, folosiți ața dentară (pe suport sau clasică)
3. Periajul dentar este supravegheat de părinte până în jurul vârstei de 6-8 ani
4. Utilizarea produselor cu revelator de placă bacteriană după vârsta de 6-7 ani (pasta de dinți sau apă de gură)
5. Protejează-i dinții cu gutiere sportive atunci când face sport.
6. Oferă-i gustări sănătoase – legume, brânză, carne și multă apă.
7. Respectă pauzele alimentare de minim 3-4 ore între mese.
8. Evită dulciurile, sucurile cu zahăr sau sucurile acidulate
9. Respectă controlul periodic și periajul profesional în cabinet, la fiecare 3-6 luni.

EXEMPLE DE PRODUSE DE IGIENĂ ORALĂ

1. PRODUSE CU REVELATOR DE PLACĂ BACTERIANĂ



2. PASTE DE DINȚI FĂRĂ FLUOR



3. PASTE DE DINȚI CU FLUOR



5. PRODUSE PENTRU REMINERALIZARE



6. AȚĂ DENTARĂ:



7. PERIUȚE DE DINȚI



8. ȘERVEȚELE PENTRU DINȚI ȘI GINGII:

PREVENȚIA ÎN CABINET

1. Sigilează suprafețele dentare – întreabă-ți medicul dentist despre această procedură noninvazivă, care previne apariția cariilor cu până la 90%.



2. Respectă controlul periodic și periajul profesional în cabinet, la fiecare 3-6 luni.



3. Recomandăm ca vizita la medicul dentist să aibă loc dimineața, când copilul este odihnit. Dacă este nevoie, se poate oferi scutire medicală pentru a motiva absența de la școală

4. Vârsta de 6 ani este una extrem de importantă atunci când vorbim despre dezvoltarea cavității orale fiind vârsta la care ies primii dinți permanenți.