Будь здоров!

**Как бороться с кариозными монстрами**

Все дети любят шоколад и мармелад, пастилу и варенье, конфеты и мороженое... И сколько раз можно им говорить, что надо беречь зубы и не увлекаться сладостями! Да, без сладостей, конечно, не сладко, но и без зубов тоже плохо... Вот несколько советов детям и родителям.

* Чистить зубы нужно хотя бы два раза в день. Утром, после завтрака, и вечером, после ужина. А если есть возможность сделать это еще и после обеда - зубам будет только лучше.
* Зубной щеткой водите не только вдоль десен, но и сверху вниз и снизу вверх, уделяйте внимание каждому зубу.
* Не нажимайте на щетку слишком сильно: ведь вы счищаете с зубов остатки пищи, а не эмаль. К тому же? лучше всего удаляют налет с зубов именно кончики щетинок.
* Меняйте старую зубную щетку на новую каждые два-три месяца. Купленная зубная щетка обязательно должна быть в герметичной, т.е. целой, в упаковке.
* Зубную пасту выбирайте детям сами, но обязательно детскую - она и вкуснее, и нежнее - ведь у детей слой зубной эмали тоньше, чем у взрослых!
* Два раза в год водите ребенка к стоматологу. Это совсем не страшно!

**Кариес зубов у детей** протекает неодинаково. Это зависит от характера структуры твердых тканей зубов и свойств организма. Нарушение общего состояния ребенка, сложность ухода за полостью рта, особенно в раннем детском возрасте, является причиной высокой распространенности и интенсивности кариозного процесса и предопределяет своеобразие клинического течения заболевания.

Лечение кариозного процесса должно проводиться сразу после того, как обнаружены поражения зубов и вне зависимости от возраста ребенка. Самым маленьким пациентом нашего отделения, которому была проведена санация полости рта под общим обезболиванием, был ребенок в возрасте 1 год 3 месяца.

При анализе причин развития раннего поражения зубов у детей было замечено, что матери этих детей во время беременности в первом триместре имели «факторы риска»: применяли медикаментозные препараты, переносили вирусные и бактериальные инфекции. Именно в первом триместре беременности происходит закладка зачатков молочных зубов. И перечисленные факторы риска у матери могут нарушить развитие молочных зубов у ребенка, и привести к развитию тяжелого кариозного процесса в дальнейшем. Искусственное вскармливание – еще один фактор риска, способствующий развитию серьезной проблемы у детей.

Ранний кариозный процесс приводит к потере зубов, а это способствует развитию патологии прикуса, поэтому лечение молочных зубов обязательно. Использование современных стоматологических материалов укрепляет структуру твердых тканей леченого зуба, а это в свою очередь снижает риск возникновения кариеса в соседних зубах. Немаловажный момент: у ребенка не формируется негативного отношения к оказанию стоматологической помощи в дальнейшем.
**Почему дырка в зубе заставляет его болеть?**

Все, что болит, так или иначе связано с нервами. Сначала образованные S. mutans кислоты разрушают эмаль зуба — на минуточку, самую прочную ткань в организме человека. Затем приходит черед дентина — ткани, из которой состоит корень зуба. Дентин намного мягче эмали и испещрен канальцами, которые идут от центра зуба — пульповой камеры, где расположен нерв. При кариозном поражении в дентинные канальцы попадает посторонняя жидкость, она создает давление, которое передается на нерв и вызывает боль. Болью отзывается даже микроскопическое движение жидкостей в дентинных канальцах. Если кариес долго не лечить, воспаление дойдет до нерва, а если потерять и его, то зуб останется без питания и будет держаться в челюсти лишь механически.

Раньше считалось, что кариес провоцируют различные бактерии, которые живут в ротовой полости. Но потом выяснилось, что чаще всего эту болезнь вызывает бактерия Streptococcus mutans (S. mutans). Причем от нее невозможно избавиться, даже если непрерывно чистить зубы. Так что кариес — инфекционное заболевание и гораздо более коварное, чем принято думать. Но для того чтобы в зубах появились кариозные полости, или попросту дырки, одной бактерии мало, нужна еще благоприятная среда — пища, которую мы едим. S. mutans превращает сахар или крахмал в кислоты, разрушающие зубную эмаль. Процесс может ускориться, если человек не уделяет положенное время гигиене полости рта, позволяя накапливаться зубному налету. И так как с бактерией мы бороться не можем, значит, нужно бороться с тем, что составляет питательную среду для нее.