

ZUBNÍ KAZ

Jak poznáte, že se vašemu dítěti začal tvořit? Dá se nějak zabránit vrtání? A jak vylepšit prevenci, aby zoubky zůstaly zdravé?

Počínající zubní kaz můžete odhalit i vy. Začíná jako bílá skvrna, a to zejména na zubních plochách obrácených ke rtu či tvářím a na žvýkacích ploškách stoliček. Tuto skvrnu lépe uvidíte, pokud plošky zubů osušíte. Návštěva zubaře je nutná, ne však vrtání. Dobrá péče pomůže zuby remineralizovat a počínající kaz může ustoupit.

*** Dětem do tří let čistíte zuby vy:** Klidně na něm nechte „první kolo“, ale potom zoubky dočistěte.

*** Nedávejte dětem sladkosti mezi jídly:** Zbavit se jich úplně není možné, ale zařaďte je jako součást některého z hlavních jídel. Pokud mezi jídly dodáte zubnímu povlaku cukry, zvýší se aktivita mikrobů, ti produkují množství kyselin a dochází k demineralizaci skloviny.

*** Nevěřte povídačkám:** Chroupání jablka zuby rozhodně nevyčistí, stejně tak žvýkačka udržující správné pH v ústech má smysl jen v případě, že zuby nejsou pokryty plakem.

*** Pozor na nápoje a bonbonky:** Největší zhoubou pro zuby jsou cucavé bonbonky, které leží v ústech delší dobu. Dejte přednost žvýkacím či čokoládovým.



Další problém představují sladké nápoje, zejména během noci, kdy mají mít zuby čas na remineralizaci.

I HURVÍNEK ČISTÍ

Pravidla zubní prevence teď děti na základních školách učí dobře známý loutkový hrdina, a to v rámci kampaně Veselé zoubky.

Původcem osvětového programu je společnost dm drogerie, která oslovila 200 škol a během dubna a května v nich dětem promítala krátký naučný film s názvem „Jak se dostat Hurvínkovi na zoubek“. Hurvínek dětem hravou formou vysvětluje, proč je nutné si zoubky pravidelně čistit a jaký je správný postup.



Vaše zdravé dítě

NOVINKY A RADY PRO NEJMLADŠÍ ČLENY RODINY

Ptáte se

Když spadne dudlík na zem, mohu ho dítěti vrátit poté, co jsem ho olízla či otřela rukou?

Olizování dudlíku lékaři nedoporučují, můžete totiž dítěti do úst zavléci bakterie, které povedou k předčasné kazivosti zubů. Otření rukou je asi ještě horší, ledaže byste ji měla právě umytou.

Pořídte dítěti klip, který zabrání pádu dudlíku na zem, a nuste s sebou jeden náhradní. Zkuste novinku od Difraxu – čistící ubrousky na vše, co přichází do styku s ústy dítěte.



Toužíte po 3D televizi?

Než do ní investujete, zjistěte si, jestli vy nebo vaše děti nemáte oční vadu, která sledování trojrozměrného vysílání znemožňuje. Problémy se týkají 20 až 50 % populace, což není málo. Každý desátý člověk není vůbec schopen 3D efekt přijímat a vidí jen klasický dvojrozměrný obraz. Jiní sice 3D obraz vidí, ale po určité době začnou cítit nevolnost nebo bolest hlavy. Příčin je mnoho – od tupozrakosti, přes astigmatismus až po skryté šilhání. Své děti můžete otestovat pomocí 3D brýlí, jedny nasadte sobě, jedny dítěti. Postavte se proti sobě na vzdálenost jednoho metru. Pokud dítě vidí za vašimi brýlemi obě vaše oči, je jeho vidění rovnoměrné. Pokud však vidí oko jen na jedné straně brýlí, znamená to optický problém, s nímž byste měli zamířit k očnímu lékaři. Další informace najdete např. na www.duovize.cz.

