

Kad dantukai būtų sveiki...

1. Skatinkite vaikus valytis dantukus ryte ir vakare po 3 minutes.
2. Duokite vaikams naudoti minkštą dantų šepetėlį ir pastą su fluoru.
3. Skatinkite vaikus mažiau valgyti saldumynų, daugiau - vaisių ir daržovių.
4. Po kiekvieno valgio priminkite vaikui gerai išskalauti burną, o ypač pavalgius saldumynų.
5. Du kartus per metus nuveskite vaiką patikrinti dantukus pas savo gydytoją.

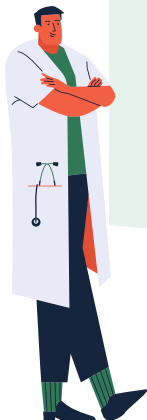


Kada reikėtų pradėti valyti vaiko dantis?

Vaikams dantis reikėtų pradėti valyti, vos jiems išdygus. Nepraleiskite nė vieno valymo ir taip nuo mažens pratinkite vaiką prie kasdienės dantukų priežiūros rutinos. Be to, pradėjus dygti dantims, svarbu mažinti naktinių maitinimų skaičių ir bandyti kuo greičiau nustoti maitinti naktimis.

Ką daryti, jei vaikas atkakliai reikalauja dantis valytis pats? Kada jam tai leisti?

Vaikas, žinoma, turi mokytis dantis valyti ir pats. Galima leisti valyti dantis pačiam tik su sąlyga, kad vėliau vaiko dantis išvalo tėvai.



**TĖVELIAI,
PASIRŪPINKITE
VAIKŲ DANTUKAIS!**



KADA TURĖTŲ BŪTI PIRMASIS VAIKO VIZITAS PAS ODONTOLOGĄ?

Tik išdygus pirmajam dantkui. O vėliau reikia reguliariai lankytis pas šį gydytoją.

Kas yra silantai?

Tai dantų profilaktikai skirtos medžiagos, mechaniškai uždengiančios dantų vageles ir įdubas, kad į jas nepatektų eduoinį sukeliančios medžiagos.

Ką reikia žinoti apie nemokamą dantų silantavimą?

- Skirta vaikams nuo 6 iki 14 metų amžiaus.
- Kreipkitės į savo polikliniką arba odontologijos kliniką.
- Silantuojami tik sveiki nuolatiniai krūminiai dantys.
- Dantų padengimas silantais - kelių minučių neskausminga procedūra. Nenaudojami gražtai.



Daugiau informacijos www.vlk.lt

Koks tinkamas dantų pastos kiekis valantis dantis ir ar pasta turi būti su fluoru?

Jei dantys sveiki, vaiko pastoje iki trijų metų turi būti 500 ppm fluoridų. Šepetėlio šereliai tik suvilgomi pasta. Vaikams nuo trijų iki šešerių metų reikėtų naudoti dantų pastą, kurioje yra 1 000 ppm fluoridų. Tuomet ant šepetėlio išspaudžiamas žirnio dydžio pastos kiekis. Vaikui ūgtelėjus ir sulaukus šešerių ar daugiau metų, dantų pastos reikėtų dėti apie 1 cm, o fluoro kiekis joje turėtų būti 1 000–1 450 ppm.

