

T



Çiğneme yüzeyleri (T)

Bir ileri bir geri şeklinde dişleri fırçalamak zor değildir!

O



Dış yüzeyler (O)

Fırça ile bir daire çizerek dişlerinizi fırçalamalısınız!

i



İç yüzeyler (i)

Kırıntılarının dışarı çıkması için dişlerinizi içten dışa doğru fırçalamalısınız!

Sağlıklı Süt Dişleri İçin Tavsiyeler

- İlk süt dişinden itibaren:
Günde 1 defa akşamları dişleri fırçalamak
- İki yaşından itibaren:
Günde 2 defa sabahları ve akşamları dişleri fırçalamak
- Altıncı aydan itibaren:
Yılda 2 defa diş hekimine kontrole gitmek
- Bol bol taze meyve ve sebze yemek
- Şeker içeren yiyecekleri az tüketmek
- Daha çok su ve şekersiz çay içmek
- İçecekleri bardaktan veya fincandan içmek
- Çocuklara özel floridli diş macunu ve florid içeren yemek tuzu kullanmak

CONFIDENT

AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI MERKEZİ

Büyükdere Caddesi Akıncı Bayırı Sokak
No:12 Mecidiyeköy / İstanbul
Tel : +90 212 288 33 66 Fax: +90 0212 266 44 58
www.confident.net

Bu broşür çocuklara ve ailelerine ağız, diş sağlığı alanında farkındalık kazandırmak için düzenlenmiştir. Tüm bilgiler **Confident Ağız ve Diş Sağlığı**

Merkezi Pedodonti Uzmanı (Çocuk Diş Hekimliği)

Dr. Elçin KOÇOĞULLARI tarafından Özel Evrim Okulları için hazırlanmıştır.



*Bir Çocuğun Gülümsemesi,
Hayatın En Büyük Hazinesidir.*



**Sağlıklı Süt Dişi
Bakım İster!**



CONFIDENT
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI MERKEZİ

Sevgili Anne ve Babalar,

Sağlıklı süt dişleri çocuğunuz için;

- yiyeceğin çiğnenmesinde,
- dil gelişiminde,
- sonradan çıkacak kalıcı dişler için yer korunmasında önemlidir.

Süt diş minesini kalıcı dişlere göre daha yumuşak olduğundan, süt dişleri özellikle çürümeye karşı hassastırlar. Diş plağı, diş yüzeyinde toplanan bakterilerden oluşmaktadır. Bu bakteriler, şeker ve karbonhidrat içeren yiyecek ve içecekleri, diş minesine saldıran asite dönüştürürler. Dişlerin fırçalanmasıyla yiyecek artıkları ve diş plağı uzaklaştırılır ve böylelikle diş çürümesi engellenmiş olur.

Hastalıklı süt dişleri, şiddetli ağrınlara neden olabilirler. Bu yüzden, çocuğunuzun diş bakımına özen göstermeniz önemlidir. Bu şekilde, çocuğunuz sadece sağlıklı dişlere sahip olmakla kalmayacak, aynı zamanda parlayan bir gülümsemeye de sahip olacaktır!



CONFIDENT
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI MERKEZİ



DİŞ FIRÇALAMA

İlk süt dişleri çıktıktan sonra, çocuğunuzun dişlerini günde 1 defa, en iyisi akşamları, florid içermeyen çocuklara özel diş macunuyla fırçalamaya başlınız.

İkinci doğum gününden itibaren dişler, günde 2 defa olmak üzere -sabahları ve akşamları- florid oranı ayarlanmış çocuklara özel diş macunuyla fırçalanır.

Küçük çocuklarda diş fırçalamayı siz üstlenmelisiniz, daha büyük çocuklarda ise okul yaşına gelinene kadar diş fırçalamayı kontrol etmelisiniz.

DİŞ HEKİMİ KONTROLÜ

Çocuğunuzun aşıya yukarı 6 aylıktan itibaren yılda 2 defa diş hekiminize götürmelisiniz. Diş hekiminiz, dişlerde başlayan hasarları erken tespit ve tedavi edebilir ya da başlamasını engelleyebilir

Çocuk Diş hekimliği (PEDODONTİ) Nedir?

Çocuk diş hekimliği; 0-13 yaş grubu çocukların süt ve daimi dişlerinin sağlıklı olarak korunmasını, çürük, travma, kalıtsal ve benzeri etkenlerin bu dişlerde oluşturduğu sorunların tedavisini yapan ve dokuların sağlıklı büyüme ve gelişimini inceleyen dişhekimliğinin alt dallarından biridir.

Erken Süt Dişi Kaybı Sebebiyle Ortaya Çıkan Problemler Süt dişleri erken çekilirse, yanlardaki dişler çekim boşluğuna doğru kayacağı için çekim boşluğu alttan gelen daimi dişin yerleşemeyeceği şekilde kapanır ve çapraşıklık meydana gelir. Erken dönemde tedavi edilmeyen diş problemleri ileride genel sağlık problemlerine de sebep olabilir. Çocuğun ağrı ile erken yaşta tanışmasına ve ileride bazı fobilerinin oluşmasına neden olabilir.

Süt Dişi Çürüklerinin Daimi Dişlerde Oluşturduğu Problemler Yüzeysel çürükler bile temas ettikleri komşu dişleri çürük tehlikesi ile tehdit eder. Süt dişlerindeki bu çürükler daimi dişlere geçerler.Çürük ilerleyip dişin sınırına ulaşır ve zamanla iltihaplanmasına neden olursa, alttan gelecek daimi dişleri etkileyerek daimi dişin gelişimini bozabilir.

ÇOCUKLARIN DİŞ HEKİMİ İLE TANIŞMASI VE PERİYODİK KONTROLLER

Çocukların diş doktoru ile ilk tanışmasının, sonraki dönemlerde diş tedavisi sırasındaki davranışlarını etkileyebileceği için oldukça önemlidir. Doğru olan zaman, ilk dişlerin çıkmasından hemen sonra ve düzenli olmalıdır.

SAĞLIKLI BESLENME

Çocuğunuzun sağlıklı yemesine ve içmesine dikkat ediniz.

- Anne sütü bebekler için en iyi beslenmedir.
- Büyük çocuklarda şekeri az, bol meyveli, sebze ve taneli ekmecli sağlıklı beslenmeye özen gösteriniz.
 - Çocuğunuz susadığında içme suyu, maden suyu veya şekersiz çayı tercih ediniz.
 - Çocuğunuz bardağı tutmaya başlar başlamaz, biberon kullanımını lütfen kesiniz.
 - Florid, çocuğunuzun süt dişlerinin güçlenmesine yardımcı olur.
 - Yemeklerde, floridli yemek tuzu kullanabilirsiniz.