|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | *Консультация для родителей*  **«Как научить ребенка чистить зубы»**  *Подготовила воспитатель*  *Юлдашева Зульфия Хуббитдиновна.* |

**Консультация на тему:**

**«Как научить ребенка чистить зубы»**

Если ребенок из-за кариеса раньше времени теряет молочные зубы, нарушается правильный рост и развитие челюстей и постоянных зубов. Инфекция временных зубов может легко проникнуть внутрь челюсти и разрушить зачатки постоянных. В этом случае они вырастают кривыми и недоразвитыми, а то и вовсе могут погибнуть. Кроме того, кариес и болезни десен приводят к нарушению развития всего организма в целом и возникновению заболеваний различных органов и систем.

Первыми во рту прорезываются резцы (передние зубы) на нижней и верхней челюсти. Затем клыки и в последнюю очередь боковые зубы. К 2 годам прорезываются практически все зубы.

Один – единственный зуб ребенка нуждается в таком же тщательном уходе, как и 32. Для чистки молочных зубов с 1,5 – 2 лет нужно использовать зубную щетку. При этом щетинки должны быть очень – очень мягкими, рабочая головка очень маленькой. Зубная паста для совсем маленьких детей должна быть выполнена в виде геля, т.е. содержать минимальное количество очищающих веществ и совсем не содержать фтора. Его передозировка опасна для зубов, а дети в возрасте до 3 лет могут нечаянно проглотить 30 -60% зубной пасты.

К 3 годам малыш должен усвоить основные движения щеткой. Прежде всего необходимо научить ребенка совершать движения зубной щеткой от десны к краю зуба. При этом щеточка должна слегка поворачиваться, как бы подметая сначала переднюю поверхность зуба, а затем заднюю. Чтобы очистить жевательные поверхности боковых зубов, надо перемещать щетку от края челюсти к середине слева направо и справа налево, как бы слегка сметая с зубов остатки пищи и «злых» микробов.

Сначала необходимо научить ребенка чистить зубы без пасты, а ее сразу показать малышу и объяснить, зачем она нужна. Включать ее в гигиеническую игру следует после того, как ребенок привыкнет к зубной щетке. Чистить зубы он должен под наблюдением взрослых.

Приемы обучения ребенка процессу чистки зубов:

- пример родителей, которые сами добросовестно ухаживают за своими зубами;

- первое время чистить малышу зубы должны сами родители, комментируя при этом свои действия;

- использование в процессе чистки зубов стихов (см. ниже);

- репетиция с ребенком чистки зубов на игрушках, придумывание сказок, герои которых всегда ухаживают за зубами;

- позволение малышу самому почистить зубы родителя.

\*\*\*

Все хорошие ребята

Чистя зубы аккуратно.

Чтобы зубы не болели,

Знают дети, знают звери:

Каждый должен дважды в год

Показать врачу свой рот.

\*\*\*

Чистить зубы нам не лень –

Чистим их два раза в день.

Чистим зубки дважды в сутки,

Чистим долго – три минутки.

Щеткой чистим, не лохматой,

Пастой вкусной, ароматной,

Чистим щеткой вверх и вниз –

Ну, микробы, берегись!