

Догляд за зубами та таємниця карієсу

Науково-пізнавальний урок



Твій зуб — це справжня фортеця!



Емаль: Суперміцний зовнішній щит. Найтвердіша тканина у твоєму тілі!



Дентин: Жовтувата стіна, що ховається одразу під щитом.



Пульпа: Командний центр із нервами та судинами. Саме вона відчуває біль.

Що таке карієс?

Карієс — це руйнування нашої фортеці. Це хвороба, яка робить дірки в міцному захисному щиті (емалі) і повільно пробивається всередину зуба, аж до дентину.



Секретна формула: Як виникає карієс?



Кислота



Бактерії з'їдають цукор і виділяють небезпечну кислоту!

Усе працює як ланцюгова реакція. Чим більше цукру, тим більше кислоти!



= КАРІЄС!

Таймлайн небезпеки: Як розпізнати напад?



Ранні ознаки (Початок атаки)



**Білі або крейдоподібні плями.
БОЛЮ НЕМАЄ. Тут ще можна
легко зупинити ворога!**

Пізнні ознаки (Фортецю пробито!)



**Коричневі або чорні плями, глибокі
дірки. РЕАГУЄ НА СОЛОДКЕ ТА
ХОЛОДНЕ, БОЛИТЬ. Потрібен лікар!**

Час науки! Експеримент №1: Яйце та Кислота

Чи справді кислота така небезпечна? Перевіримо!
Шкаралупа яйця за складом дуже схожа на зубну емаль.

Вода



День 1: Яйце у воді.
Через 24 години: Ціле і тверде.

Оцет (Кислота)



День 1: Яйце в оцті.
Через 24 години: Шкаралупа повністю розчинилася, яйце стало м'яким!

Експеримент №2: Магія Зубної Пасту

Ми намастили половину
яєчної шкаралупи
зубною пастою і кинули
в оцет на 24 години.
Що сталося?



**Частина з пастою залишилася твердою!
Паста створила суперщит проти кислоти!**

Як стати супергероєм для своїх зубів?

Твій план дій — 4 правила суперзахисту:



**Зубна
щітка**



**Зубна
нитка**



**Здорова
їжа**



**Лікар-
стоматолог**

Зброя №1: Правильне чищення

- ✓ Чисть зуби 2 рази на день (вранці та ввечері).
- ✓ Витрачай на це мінімум 2 хвилини!



Зброя №2: Зубна нитка (Флос)

Щітка не може дістати
всюди. Найхитріші бактерії
ховаються у вузьких
щілинах МІЖ зубами!
Зубна нитка — єдиний
спосіб вигнати їх зі
схованок.



Зброя №3: Харчування

Те, що ти їси, впливає на зуби. Хто отримає паливо?

Паливо для тебе



**Супер-їжа, що зміцнює
емаль та здоров'я.**

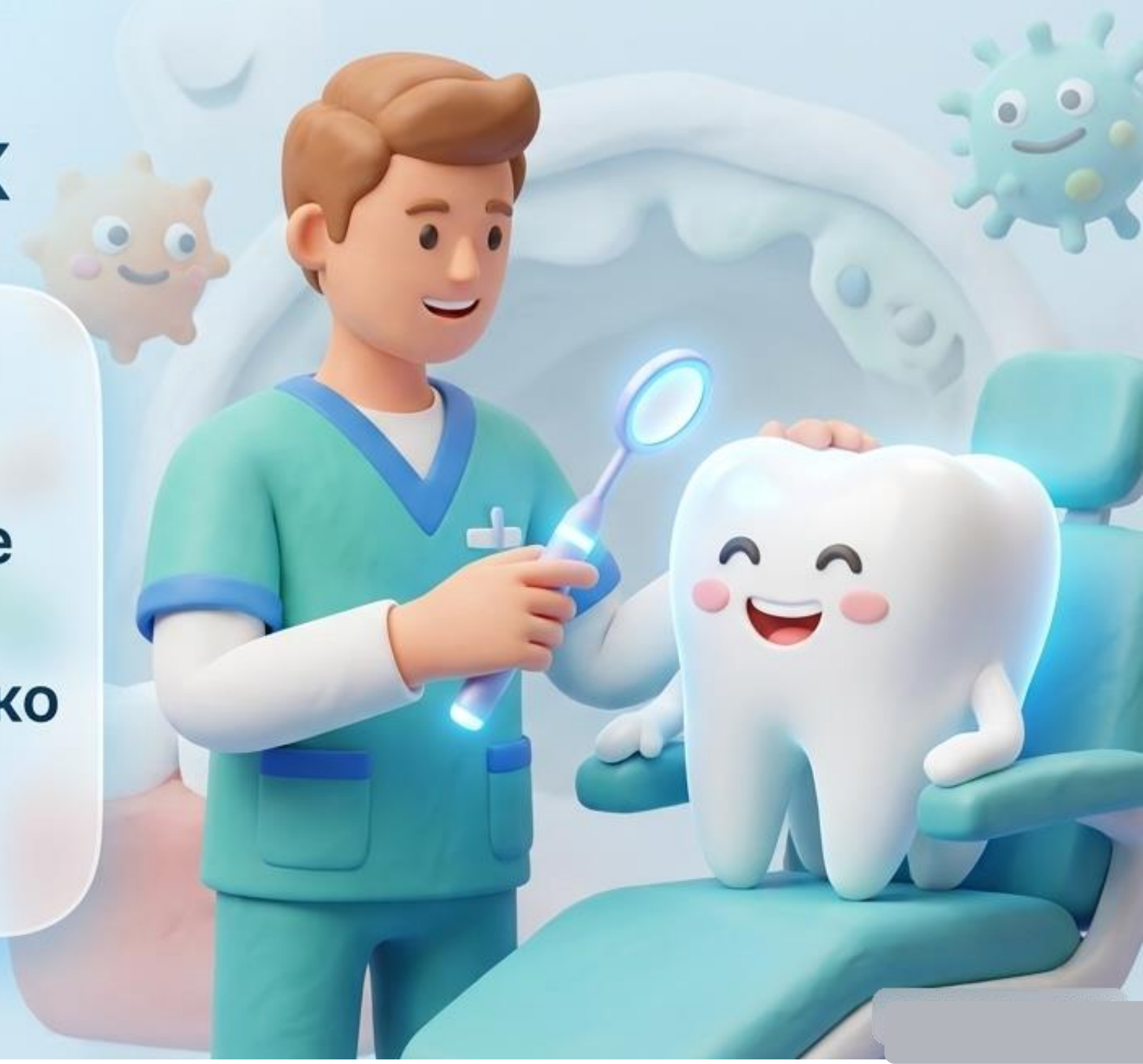
Паливо для бактерій



**Їжа для монстрів. З неї вони
одразу роблять кислоту!
Обмежуй солодке.**

Зброя №4: Твій ГОЛОВНИЙ СОЮЗНИК

Стоматолог — це тренер твоїх зубних супергероїв. Він може помітити карієс ще тоді, коли це просто маленька біла пляма (і її легко врятувати без болю!). Відвідувай лікаря регулярно.



Цікавий факт: Сіль проти кислоти!



**Що робити, якщо з'їв
солодке, а щітки поруч
немає?**

Полощи рот водою з маленькою
щіпкою солі (до 1 хвилини).



Чому це працює?

Сіль (NaCl) нейтралізує кислоту
(підвищує pH), стимулює слину
і зупиняє бактерії.



УВАГА! Це не замінює чищення щіткою і пастою! Не ковтати розчин!

Головні висновки: Твій чек-лист здоров'я



Карієс виникає, коли бактерії та цукор утворюють кислоти.



Зубна паста — твій щоденний щит (доведено експериментом!).



Чисть зуби двічі на день і обов'язково використовуй нитку.



Ходи до стоматолога DentalKnysh на перевірку!



DENTAL
KNYSH

Домашнє завдання (Твоя черга!)



**Залишилися питання? Запитуй!
Дякуємо за увагу!**