

## Doporučení k péči o dětské zoubky.

Naše pacienty informujeme o dentální hygieně a výživě i před plánovaným těhotenstvím. Matky by měly před plánovaným těhotenstvím absolvovat zubní prohlídku, protože v graviditě není možné použít všechny důležité diagnostické metody (rentgenové vyšetření) pro zjištění zubního kazu a jeho komplikací (zánět zubní dřeně a periodontia: zubní váček) a parodontitíd (zánět závěsného aparátu zubu). V těhotenství se mohou objevit nevolnosti, nebo opakované zvracení, proto matky informujeme o šetrné ústní hygieně a následnému předcházení poškození tvrdých zubních tkání.

Po narození dítěte je dutina ústní sterilní, a postupně osídlována bakteriemi. Výzkumy zjistili, že zubní kaz je bakteriální přenosné infekční onemocnění způsobené rodem *Streptococcus mutans*. Zubní kaz vzniká působením více faktorů. Působením sacharidů z potravy, plaku obsahující hlavního bakteriálního původce zubního kazu *Streptococcus mutans* působícího dostatečně dlouho na povrchu zubu. Dbejte na to, aby osoby udržující blízký kontakt s vaším dítětem měli zdravý chrup. Nedoporučuje se olizovat a používat předměty určené pro výživu dětí jako jsou dudlíky, láhve nebo lžičky. Teplotu potravy a mléka zkoušejte vždy na hřbet ruky a ne pusou. U nočního krmení je nutné zuby otřít navlhčenou plínou nebo jinou bavlněnou látkou, aby mléko nezasychalo na povrchu zubů. Každé mléko obsahuje cukry, které by mohli poškodit zuby dítěte. Ve spánku se tvoří málo slin a zuby nejsou přirozeně čištěny jazykem nebo tvářemi a následně chráněny před vznikem zubního kazu. Dočasné zuby jsou po prořezání méně mineralizované než zuby stále, a proto jsou velice náchylné ke vzniku zubního kazu. Vhodná strava s dostatečným množstvím fluoridů pomůže v následné mineralizaci. Děti by měli být dle svých dovedností co nejdříve vedeny k pití nápojů z hrníčku. Výživa kojenců a malých dětí by měla být bez přidaných cukrů.

Zuby čistíte dětem od prořezání prvních zoubků. První dočasné zoubky se prořezávají kolem 6-ti měsíců. Mohou se objevit dřív i později. Kompletní dočasný chrup je přeřezán asi v 2,5 roce. Důležitější než počet prořezaných zoubků je stranová rovnováha v prořezání jednotlivých zubů, s rozmezím do 3 měsíců. Při prořezávání se může objevit nadměrné slinění, bolestivé zduření dásní, někdy i teplota. Děti jsou mrzuté a vyžadují dostatek pozornosti a blízkého kontaktu. Používání prostředků v zubní hygieně, kousátek a vhodná strava usnadňuje prořezávání zubů.

Návštěva zubního lékaře od prvních zoubků, a následně v půlročních intervalech, seznámí dítě s prostředím a hlavně může předcházet vzniku komplikací. Zubní lékař může s dítětem spolupracovat a navázat kontakt. Rodiče by měly s dětmi cvičit otvírání pusy a ukazování, případně počítání zoubků.

U předškolních dětí je nutná dostatečná ústní hygiena, od 2 let možná s použitím dětské zubní pasty. Rodiče by měli vždy alespoň jeden krát za den dětem zuby dočišťovat. Od kompletního dočasného chrupu by měli být poučeni o možnostech čištění mezizubních prostorů.

Od 5-ti roků dochází k prořezávání zubů stálých. Přítomnost dočasných zubů bez jejich ztráty v důsledku komplikací zubního kazu předchází vzniku ortodontických anomálií. Proto je nutné vzniklé kazy na dočasných zubech zastavit. Kromě vyšetření na přítomnost zubního kazu kontroluje zubní lékař i správný vývoj čelistí s vlivem na řeč a dýchání. U čerstvě prořezaných zubů lze předcházet vzniku zubního kazu aplikací ochranných pečidel, které vyplní žvýkací plošky zubů.

V případě zjištění anomálií v počtu a tvaru zubů nebo zubních oblouků je dítě odesláno na specializované ortodontické vyšetření na naší zubní klinice.