

Фторирование зубов



Помогает малышам надолго сохранить здоровую улыбку

Фторирование зубов — простое и эффективное средство защиты от кариеса (полости в зубах). Без лечения кариозные полости могут стать причиной боли и инфекции у ребенка. Заболевание может помешать есть, говорить, играть и учиться. Для профилактики кариеса следует отвести ребенка к стоматологу на фторирование зубов. Следите за тем, чтобы ребенок чистил зубы зубной пастой с фтором два раза в день для снижения риска кариеса. Для детей в возрасте до 2 лет: проконсультируйтесь со своим основным поставщиком медицинских услуг* (PCP) или стоматологом по поводу использования зубной пасты с фтором.

** Основной поставщик медицинских услуг – это врач, практикующая медсестра, ассистент врача, которые несут ответственность за ваше медицинское обслуживание.*



Что такое фторирование зубов?



- Защитное покрытие, которое наносит на зубы стоматолог для профилактики кариеса
- Это безопасно, быстро и не больно
- Может быть нанесено стоматологом сразу после прорезывания первого зуба. Проконсультируйтесь со своим PCP или стоматологом о фторировании зубов после прорезывания первого зуба у ребенка.
- Эффективно даже в случае применения вами фторсодержащих капель, таблеток, ополаскивателей для полости рта или питьевой воды с фтором.
- Может быть проведено в ходе мероприятий по охране детского здоровья и профилактике инвалидности (Child Health and Disability Prevention), а также в рамках прочих приемов у врача или стоматолога.
- Максимальная эффективность достигается при нанесении PCP или стоматологом не реже 2 раз в год.
- Может ненадолго придавать зубам желтоватый оттенок. После чистки зубов на следующее утро их нормальный цвет восстанавливается.

Чтобы получить подробную информацию, звоните в Отдел обслуживания участников по номеру **1(415) 547-7800**, или заходите на сайт **sfhp.org/ru/health-ed**

Телефонная служба сестринской поддержки **1(877) 977-3397** | Побеседовать с врачом **sfhp.org/ru/teladoc**



Контрольный список для родителя или опекуна после нанесения лака

- ❑ Через 30 минут после процедуры можно пить воду. Вода должна быть комнатной температуры (не горячей и не холодной).
- ❑ Через 4–6 часов можно давать ребенку мягкие, холодные или теплые продукты (не горячие) или жидкости.
- ❑ Отложите чистку или обработку зубов зубной нитью до начала следующего дня или по крайней мере на 4–6 часов. Узнайте подробную информацию у своего PCP или стоматолога.
- ❑ Помните, что желтоватое покрытие на зубах пройдет через несколько дней.
- ❑ Напоминайте ребенку сплевывать слюну, если он знает, как это делать.



Помните

- Молочные зубы важны!
- Проконсультируйтесь со своим PCP по поводу фторирования зубов для ребенка.
- Найдите «стоматологический дом» для регулярных визитов к стоматологу.
- Сводите ребенка на первый прием к стоматологу по достижении им 1 года.
- Используйте небольшую порцию зубной пасты с фтором во время ежедневной чистки зубов ребенку утром и вечером.
- Если ваш ребенок младше 6 лет, контролируйте, как он чистит зубы. Следите за тем, чтобы он использовал небольшое количество зубной пасты размером с горошину. Научите его сплевывать ее, а не проглатывать.
- Воздержитесь от сладостей, напитков и соков. Попробуйте заменить их водой с содержанием фтора!
- Не укладывайте ребенка спать с бутылочкой.
- Не разрешайте ребенку пить сок, газированную воду или молоко в течение продолжительного времени в кресле автомобиля, коляске или в детском манеже.
- Кариес можно предотвратить!



Дополнительную информацию о здоровье полости рта ребенка можно получить в **CDC** или **California Department of Public Health (Департамент общественного здравоохранения штата Калифорния)**.



Источники:



Children's Oral Health
Centers for Disease Control and Prevention
cdc.gov



"Fluoride Varnish Helping Smiles Stay Strong"
San Francisco Department of Public Health
sfdph.org

Чтобы получить подробную информацию, звоните в Отдел обслуживания участников по номеру **1(415) 547-7800**, или заходите на сайт sfhp.org/ru/health-ed

Телефонная служба сестринской поддержки **1(877) 977-3397** | Побеседовать с врачом sfhp.org/ru/teladoc