

Zadbaj o zdrowie jamy ustnej u swoich dzieci

20 marca



## Światowy Dzień Zdrowia Jamy Ustnej

Zdrowa jama ustna gwarantuje piękny uśmiech na co dzień.



Po wyrżnięciu pierwszych zębów mlecznych należy szczotkować je pastą dla dzieci raz dziennie. Zęby mleczne kształtują jamę ustną dziecka w wieku od 3,5 do 8 lat. Pełnią one ważną funkcję przygotowania miejsc dla zębów stałych.

Dziecko poniżej 7 roku życia nie jest dość zręczne aby samemu poprawnie szczotkować zęby. Dlatego rodzice powinni nadzorować i poprawiać wykonywaną przez nie czynność.



Umów się ze stomatologiem na wizytę o charakterze adaptacyjnym, gdy Twoje dziecko ma 2-3 lata. Kontynuuj potem wizyty co 3 miesiące w celu budowania udanych relacji między dzieckiem a jego dentystą.

Zastosuj u swojego dziecka zabiegi profilaktyczne – lakowanie, lakierowanie zębów – mające na celu wzmocnienie szkliwa zębów i zwiększenie jego odporności na próchnicę.



Bądź świadomym pacjentem!  
Odwiedzaj stomatologa regularnie  
raz na pół roku.



Pomóż nam realizować nasze cele! **Konto Fundacji: 10 1240 6175 1111 0010 3822 6415**  
**OPP 1% Konto Fundacji: 50 1240 6175 1111 0010 5325 9337**

Każda wpłata może uratować komuś zdrowie lub życie. Adres do korespondencji: Al. Jana Pawła II 80, lokal VI, 00-175 Warszawa



[www.zusmiechem.org.pl](http://www.zusmiechem.org.pl)

Tel: 22 351 7 658; mail: [info@zusmiechem.org.pl](mailto:info@zusmiechem.org.pl)

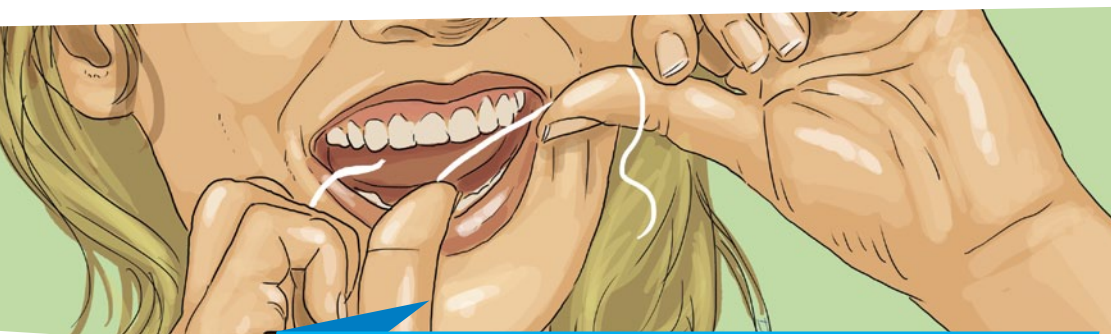
Druk ulotki sponsoruje firma Poldent – dystrybutor systemu diagnostycznego Microlux służącego m.in. do badania przesiewowego w kierunku raka jamy ustnej.

# Zdrowe i piękne zęby świadczą o zdrowym i dobrym samopoczuciu!

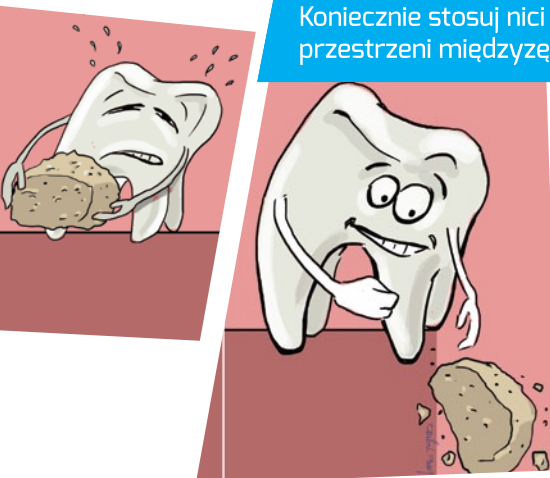
Fundacja „Z uśmiechem przez życie” stawia sobie za cel uświadamianie pacjentów. Mówimy o badaniach profilaktycznych, o właściwej higienie jamy ustnej, o prawidłowych nawykach profilaktycznych, aby uchronić jak największą ilość osób przed najcięższymi konsekwencjami – nowotworem jamy ustnej.



Myj zęby przynajmniej 2 razy dziennie, a najlepiej po każdym posiłku.



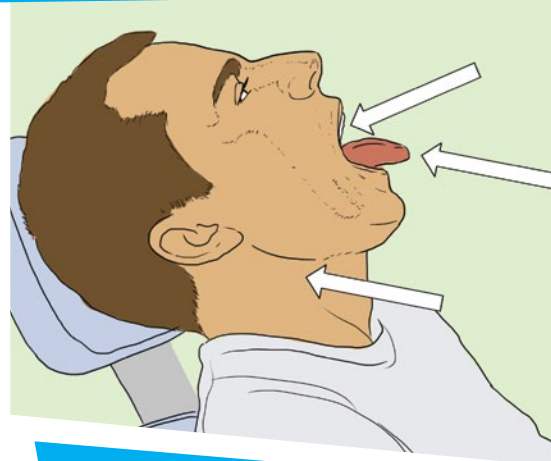
Konieczne stosuj nici dentystyczne do oczyszczania przestrzeni międzyzębnych, a przy implantach – także irygatory.



Raz na 6 miesięcy Twój lekarz stomatolog lub higienistka powinni wykonać skaling (oczyścić zęby z kamienia nazębnego i osadu). A Ty nie zapominaj o codziennym czyszczeniu powierzchni języka.



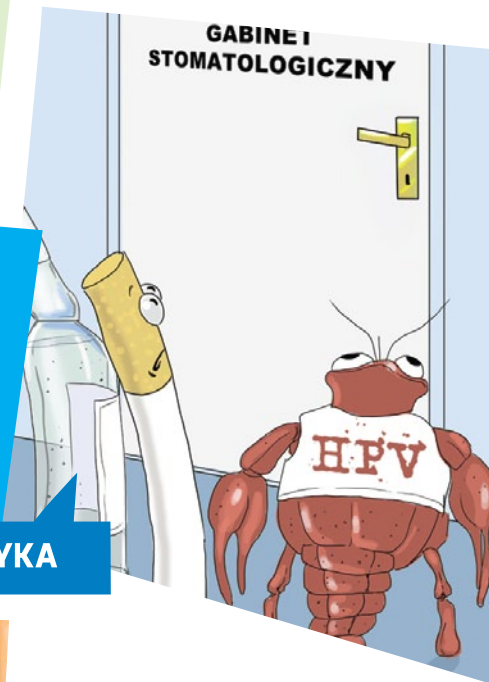
Pasty i szczoteczki do zębów oraz płyn do płukania jamy ustnej powinny być dobrane indywidualnie dla każdego z nas na podstawie rekomendacji lekarza stomatologa.



Nasz stomatolog powinien, co najmniej raz w roku, wykonać nam badanie węzłów chłonnych głowy i szyi, a także błony śluzowej i języka (to jest minimalna profilaktyka przeciwnowotworowa).

Zapamiętaj! Rak w jamie ustnej nie boli. Jeśli jesteś w grupie ryzyka – koniecznie raz na rok poproś swojego stomatologa o wykonanie badania przesiewowego w kierunku raka jamy ustnej. Trwa ono tylko 15 minut a może uratować Twoje życie i zdrowie.

## CZYNNIKI RYZYKA




Źle dopasowana proteza może również być początkiem zmian nowotworowych.



Bądź świadomym pacjentem i szukaj wiadomości na temat raka jamy ustnej we wszystkich możliwych mediach.



 Dołącz do nas na Facebook