



PIRMŲJŲ DANTUKŲ PRIEŽIŪRA



PIGIAUSIAS DANTŲ GYDYMAS – JŲ PRIEŽIŪRA!

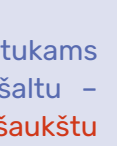
PIRMIEJI DANTUKAI

Pirmieji dantukai ima dygti apie 6-ąjį gyvenimo mėnesį ir turėtų būti išdygę vaikams iki 3 metų. Kiekvieno vaiko **dantų dygimo laikas skiriasi**.



Dygstant vaikų pirmiesiems dantis pasireiškia:

- suintensyvėjęs seilėtekis;
- irzlumas;
- paraudusios, paburkusios, jautrios dantenos;
- šiek tiek pakilusi temperatūra;
- daiktų kišimas į burną, noras juos kramtyti.



Norint padėti vaikams dygstant dantukams **masažuokite danteną** kuo nors šaltu – **sudrėkinta marle, kramtuku, šaltu šaukštu ar tiesiog pirštu**.

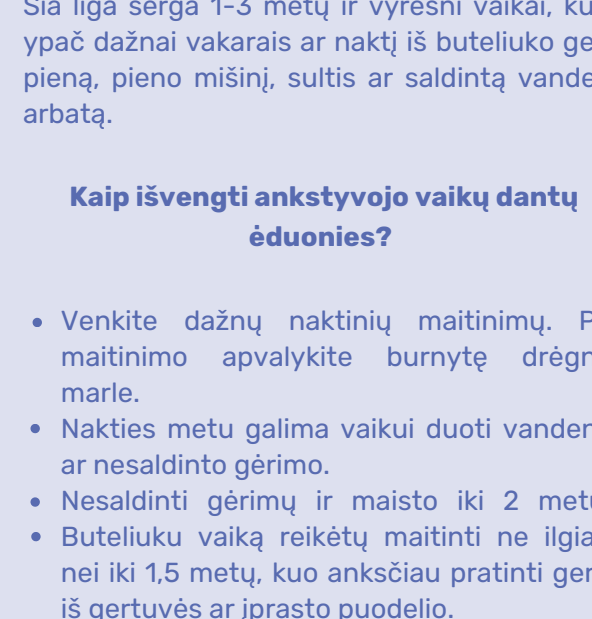
SAKANDŽIO FORMAVIMASIS

Žandikaulio, dantų ir sakandžio vystymąsi neigiamai gali paveikti genetika ir aplinkos veiksniai, tokie kaip:

- **ilgas čiulptuko, buteliuko naudojimas;**
- **piršto čiulpimas;**
- **kvėpavimas pro burną (netaisyklinga liežuvio padėtis).**

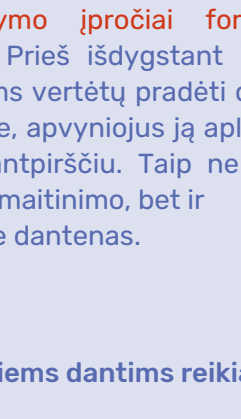
Buteliuko ir čiulptuko reikėtų atsisakyti vėliausiai maždaug iki 1,5 – 2,5 metų. Kuo ilgiau tęsiasi netaisyklingas įprotis, tuo mažiau galimybių, kad žandikaulio ir dantų padėtis susitvarkys savaime be papildomo gydymo.

VIZITAS PAS BURNOS PRIEŽIŪROS SPECIALISTĄ



Pirmasis vizitas pas vaikų gydytoją odontologą turėtų būti **išdygus pirmajam dantukui**. Vėlesni profilaktiniai vizitai turėtų vykti kas 6 mėnesius ar taip, kaip nurodys gydytojas.

ANKSTYVASIS VAIKŲ ĖDUONIS



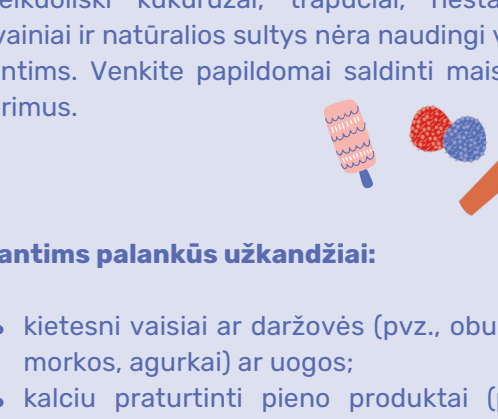
Stebėkite vaiko dantis, o jiems išdygus ir atsiradus baltoms dėmėms, kreipkitės į gydytoją odontologą. Kartais atsiradusios baltos dėmės gali būti **ankstyvojo vaikų ėduonies požymis**.

Šia liga serga 1-3 metų ir vyresni vaikai, kurie ypač dažnai vakarais ar naktį iš buteliuko geria pieną, pieno mišinį, sultis ar saldintą vandenį, arbatą.

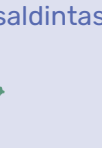
Kaip išvengti ankstyvojo vaikų dantų ėduonies?

- Venkite dažnų naktinių maitinimų. Po maitinimo apvalykite burnytę drėgna marle.
- Nakties metu galima vaikui duoti vandens ar nesaldinto gėrimo.
- Nesaldinti gėrimų ir maisto iki 2 metų.
- Buteliuku vaiką reikėtų maitinti ne ilgiau nei iki 1,5 metų, kuo anksčiau pratinti gerti iš gertuvės ar įprasto puodelio.
- Reguliariai lankytis pas gydytoją odontologą.

PIRMŲJŲ DANTUKŲ VALYMAS



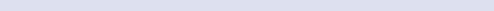
Dantų valymo įpročiai formuojami nuo kūdikystės. Prieš išdygstant ir tik pradėjus dygti dantis vertėtų pradėti danteną valyti sterilia marle, apvyniojus ją aplink pirštą, arba silikoniniu antpirščiu. Taip ne tik nuvalysite apnašas po maitinimo, bet ir masažuosite danteną.



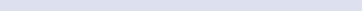
Jau išdygusiems dantis reikia naudoti:

- **mažą minkštą vaikišką dantų šepetėlį** arba **vieno danties šepetėlį;**
- vaikišką dantų pastą su 1000 ppm fluoridų (geriausiai gali rekomenduoti gydytojas odontologas). Dantų šepetėlio **šerelius dantų pasta reikia tik suvilgyti;**
- po išvalymo dantų pastą rekomenduojama **apvalyti drėgna marle.**

Suaugęs asmuo turi valyti vaikui dantis **du kartus per dieną, sukamaisiais ir šluojamaisiais judesiais**. Rekomenduojama atitraukti lūpą, kad geriau matytumėte valomus dantis



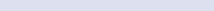
ŽINDYMO / MITYBOS ĮTAKA



Kai vaikas maitinamas pienu ar jo mišiniu ir jam jau išdygę viršutiniai kandžiai, neleiskite užmigti įsikandus buteliuką ar nepaleidžiant krūties.

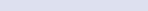
Saldūs ir krakmolingi užkandžiai prilimpa prie vaikų dantų paviršiaus ir ilgą laiką ten lieka, todėl sparčiai didėja dantų ėduonies atsiradimo rizika.

Retai susimąstome, kad iš pradžių atrodantys sveikuoliški kukurūzai, trapučiai, riestainiai, javainiai ir natūralios sultys nėra naudingi vaikų dantis. Venkite papildomai saldinti maistą ir gėrimus.



Dantis palankūs užkandžiai:

- kietesni vaisiai ar daržovės (pvz., obuoliai, morkos, agurkai) ar uogos;
- kalciumu praturtinti pieno produktai (pvz., sūrio lazdelės, kietasis sūris, nesaldintas natūralus jogurtas).



Jei vis dėlto vaikas suvalgė saldžių ar kitų lipnių užkandžių, praėjus 30 minučių po valgio būtinai reikėtų išvalyti dantis **drėgna marle ar šepetėliu**.

