

Od prvih zubiæa do škole

Last Updated Nedjelja, 25 Svibanj 2008

{sidebar id=6} O vašoj brizi ovisi hoæe li vaše dijete kasnije imati zdrave zube ili æe mu biti izvor boli i problema... Savjetima novopeèenim roditeljima reæi æemo nešto o tome kako se brinuti o mlijeènim zubiæima (nicanje, održavanje zdravlja, pranje, prvi posjet stomatologu), odnosno prvim trajnim zubima (èuvanje i njega). Dok zdravlje nas odraslih ovisi o nama samima, zdravlje djetetovih zubi, posebno u najosjetljivijim, prvim godinama života ovisi o brizi roditelja.

Prema tome, æelite li da vaše dijete izbjegne neugodnosti sa zubima, morate se odmah poèeti brinuti o njima jer o vašoj æe brizi ovisiti hoæe li dijete kasnije imati zdrave zube ili æe mu biti izvor boli i problema. Važno je istaknuti da je karijes bolest koja se ne nasljeðuje. Nasljeðuju se samo sklonosti i eventualne loše navike prehrane i higijene koje mogu uzrokovati karijes. Ne zaboravite da je karijes bolest nedovoljno èistih zubi, da bez šeæera nema karijesa te da je samo èist zub zdrav zub i kao takav se najèešæe ne razboli.

Zubiæi su krenuli

Nicanje zubi normalan je prirodni proces pa zubi nièu bez ozljede sluznice i krvarenja. U razdoblju od šest do osam mjeseci poèinju nicali prvi zubi. S obzirom na to da na svom putu pritišæu okonèine živaca, dijete osjeæa svrbeæ i zato gura u usta ruèice i druge predmete. Preporuèljivo je dati mu neku gumenu igraèku kako bi se sprijeèilo ozljeðivanje sluznice usta nekim tvrdim predmetom.

Potpunu mlijeènu denticiju èini 20 zubi, po pet u svakom kvadrantu. Nicanje poèinje uglavnom od šestog mjeseca života: najprije niknu donji srednji sjekutiæi, u dobi od osam do 10 mjeseci gornji srednji sjekutiæi, od 10. do 14. mjeseca donji pa gornji postranièni sjekutiæi, nakon 12. mjeseca gornji i donji prvi kutnjaci, između 16. i 18. mjeseca oènjaci i na kraju, između 24. i 36. mjeseca života drugi kutnjaci. Dakle, do kraja druge godine dijete bi trebalo imati sve mlijeène zube.

Nicanje zubi je individualno, a patološkim se smatra nicanje koje kasni više od šest mjeseci od uobiæajena vremena poèetka nicanja. Ako vašem djetetu zubi ne poènu nicali do kraja prve godine ili svi ne niknu do kraja druge godine, odmah se obratite stomatologu kako bi se ustanovilo postoje li u èeljusti osnove za zube i koji je razlog zašto nisu izniknuli.

Zubi mogu niknuti i prije, a katkad se dijete moæe i roditi sa zubom. U tom je sluèaju rijeè o tzv. predmlijeènom zubu koji treba odmah izvaditi jer nema korijena nego je posrijedi roænata tvorba koja samo smeta i stvara probleme prilikom dojenja. Dijete se moæe roditi i s prvim mlijeènim zubom, koji takoðer smeta dojenju pa ga je potrebno malo zaobliti kako bi se olakšalo dojenje.

Postoji vjerovanje da zbog nicanja zubi djeca jaèe sline, što je pogrešno. U toj dobi, naime, djeca iz leææeg poloæaja prelaze u sjedeæi. Žlijezde slinovnice poèinju luèiti slinu, ali kako je dno usne šupljine još vrlo plitko, a djeca nisu još potpuno svladala èin gutanja, slina curi iz usta. Kako slinjenje nije povezano sa zubima, potvrðuje i èinjenica da u toj dobi sline i djeca kod koje kasni nicanje zubi.

Kad niknu svi zubi, dijete je sposobno èvrsto ævakati i zato mu dajte èvrstu hranu. ævakanje æe pomoæi i razvoju èeljusti.

Pranje kao "igra"

Postavlja se pitanje kada dijete treba poèeti s pranjem zubi? Odgovor glasi: "Što prije, to bolje!". Veæ nakon pojave prvih zubiæa roditelj moæe paæljivo obrisati zube štapiæem i vatom umoèenom u mlaku vodu. Meðutim, kada dijete navrší dvije godine tj. kada mu nikne svih 20 zubi, trebalo bi poèeti upotrebljavati èetkicu za zube. U poèetku æe to više izgledati kao igra, pa je poæeljno iskoristiti djetetovu æelju da oponaša starije. Upravo ste vi tu da ga vodite vlastitim primjerom, pa kad nakon obroka perete zube, neka to napravi i dijete. Nakon što je dijete, gledajuæi vas i igrajuæi se, "opralo" zube, vi mu ih morate paæljivo i stvarno oprati. Zube treba prati nakon svakog jela. Najvaænije je veèernje pranje jer se naveèer zubi peru za zdravlje, a ujutro za ljepotu.

Prvi put kod strièeka doktora.

Uz pravilnu i redovitu higijenu, za zdravlje i ljepotu zubi vaænii su i redoviti odlasci stomatologu. Prvi kontakti sa stomatologom preporuèuju se između druge i treæe godine. Pripremite dijete za taj posjet. Opišite mu kako izgleda stomatološka ordinacija, recite mu kako stomatolog ima veliki stolac (kao astronautov) u kojem æe sjediti u svjetlu reflektora. Posebno mu spomenite malo ogledalo pomoæu kojega æe mu stomatolog pregledati zubiæe. Opišite mu aparat kao specijalnu motornu èetkicu za èišæenje zubi. Pokušajte dijete zainteresirati i ueinite da se raduje posjetu. Svakako izbjegavajte èesto upotrebljavanu izreku "neæe te ništa boljeti".

Roditeljima preporuèujem da dijete prvi put dovedu u stomatološku ordinaciju dok su zubi još zdravi. Stomatolog æe u tom sluèaju zubiæe samo pregledati, prebrojiti i eventualno premazati fluorom (fluoridacija). Takvim pristupom djetetu æe pregled ostati u ugodnu sjeæanju, pa æe i sljedeæi put rado doæi. U sluèaju da dijete prvi put dolazi u ordinaciju kad veæ ima potrebe z

liječanjem, znači postoji karijes (oštećenje), osobno ne počinjem odmah s liječenjem nego nastojim da prvi pregled protekne u što ugodnijem raspoloženju. Razgovaramo o tome kako "gric i grec" jedu zubice sve dok ga mi četkicom i tušićem ne uklonimo. Za sljedećeg posjeta, ako procijenim da je dijete spremno i da mogu računati na njegovu suradnju, počinjem popravljati manji karijes (oštećenja). Međutim, dolazi li dijete u ordinaciju s bolnim zubom, potrebno je, na žalost, odmah intervenirati.

Jednom za svagda valja razriješiti zabludu da mliječne zube ne treba liječiti, tj. popravljati jer će ionako ispasti. To je apsolutno pogrešno razmišljanje jer mliječni zubi, iako kratkotrajni, imaju višestruko važnu funkciju. Oni čuvaju mjesto za svoje nasljednike (trajne zube), omogućuju normalan rast i razvoj čeljusti te dobro žvakanje. A znamo da je dobro sažvakana hrana preduvjet za dobru probavu. Uz to, mliječni zubi sudjeluju u stvaranju mnogih glasova, omogućujući jasan i razumljiv govor, a uza sve to, o njima ovisi i estetski izgled lica, što svakako pridonosi pravilnu psihičkom razvoju djeteta. Zato još jednom pozivam roditelje da što ranije odvedu dijete stomatologu.

Mogu li u školu?

U šestoj godini života niče prvi trajni kutnjak. Pazite! Taj zub nema prethodnika u mliječnom zubalu pa ga roditelji često zamjenjuju s mliječnim zubom i začude se kad čuju da je to trajni zub. Upamtite, to je najvrjedniji zub jer utječe na postavu svih trajnih zuba koji kasnije niču. Zato "šestogodišnji kutnjak" treba pažljivo čuvati i njegovati. Prije upisa u školu dijete treba obaviti stomatološki pregled, s posebnim osvrtom upravo na prvi trajni kutnjak koji treba popraviti ako je pokvaren jer u protivnom dijete neće dobiti potvrdu za upis u prvi razred. Ako je zub potpuno zdrav, preporučujem prečaćenje fisura (zaštita zuba bez brušenja).

izvor:<http://www.vasezdravlje.com>