

KAIP IŠSAUGOTI SVEIKUS VAIKO DANTIS?

P A T A R I M A I T Ė V A M S

Svarbu žinoti

Tėvai turi suprasti, kad tai, ar jų vaikų dantys bus sveiki, ar pažeisti ėduonies, daugiausia priklauso nuo jų pačių pastangų. Dantų ėduonis ir apydančio ligos vadinamos nuo elgsenos priklausančiomis ligomis. Kitaip tariant, jos yra netinkamos žmogaus elgsenos pasekmė. Dantų ėduonį dažniausiai sukelia apnašos ir jose esantys mikroorganizmai. Todėl svarbiausia jas pašalinti. Dantis valant šepetėliu ir pasta burnoje sumažėja mikroorganizmų, pašalinami maisto likučiai ir apnašos. Taip ne tik mechaniškai pašalinamos apnašos, bet ir fluoridai patenka ant danties paviršiaus.

Rekomenduojama:

- Vaikų dantų valymo įgūdžiai formuojasi iki 12 metų. Iki šio amžiaus rekomenduojama dantis valyti kartu su vaiku.
- Įdėkite vaikui į kuprinę dantų šepetėlį, kad vaikas pratintųsi po kiekvieno valgymo išsivalyti dantis.
- Valyti dantis šepetėliu ir dantų pasta du kartus per dieną: vakare prieš miegą ir dar kartą bet kuriuo kitu dienos metu.
- Vyresniems nei šešerių metų vaikams, turintiems visus sveikus dantis, rekomenduojama valyti dantis su dantų pasta, kurioje yra 1000 ppm fluoridų. Vaikams, turintiems nors vieną ėduonies pažeistą dantį, taip pat neįgaliems ir turintiems bendros sveikatos problemų vaikams gydytojas odontologas gali skirti valyti dantis su dantų pasta, kurioje yra 1450 ppm fluoridų. Dantų pastos kiekis ant dantų šepetėlio – 1–2 cm.
- Išvalius dantis vaikas turi išspjauti dantų pastos likučius, burną išskalauti vandeniu. Vakare prieš miegą išvalius dantis nevalgyti ir negerti, išskyrus vandenį.
- Nuo 6 iki 12 metų vietoj pieninių dantų dygsta nuolatiniai. Šis laikotarpis sutampa su amžiumi, kai vaikui rekomenduojama pradėti savarankiškai valyti dantis. Jis turi po truputį perimti atsakomybę už savo burnos sveikatą. Tačiau tėvų dalyvavimas ir kontrolė vis dar būtini. Išdygus šeštam nuolatiniam krūminiam dančiui rekomenduojama kreiptis į odontologą dėl danties vagelių padengimo silantais.
- Viena svarbiausių pagalbinių burnos higienos priemonių yra tarpdančių higieniniai siūlai kontaktiniams dantų paviršiams valyti. Iki 12 metų vaikams tarpdančius turėtų valyti tėvai. Higieninį tarpdančių siūlą patartina naudoti nors kartą per dieną, geriausiai po vakarienės, prieš įprastą dantų valymą arba po jo.

Dantų trauminiai pažeidimai

Viršutinio ir apatinio žandikaulio priekinių dantų trauminiai pažeidimai dažniau pasitaiko tarp berniukų. Pagrindinės tokių traumų priežastys – autoavarijos, įvairios kontaktinio sporto šakos, nelaimingi atsitikimai ir smurtas. Įtakos gali turėti ir individualūs anatomiciniai paciento ypatumai – išsikišę viršutiniai kandžiai, kurie gali būti nevysiškai uždengti viršutinės lūpos audiniais.

Ką daryti įvykus dantų traumai?

- Įvykus traumai būtina nedelsiant kreiptis į gydytoją odontologą.
- Taip pat svarbu atkreipti dėmesį į nukentėjusiojo bendrą sveikatos būklę: ar nebuvo praradęs sąmonės, ar nesvaigsta galva, nepykina, nesutriko rega, atmintis. Pasireiškus šiems sutrikimams galima įtarti galvos smegenų traumą. Šiuo atveju bus reikalingos ne tik gydytojo odontologo, bet ir kitų specialistų (gydytojo oftalmologo, neurologo) konsultacijos.
- Gydytojo odontologo kabinete bus atliktas išsamus klinikinis ir rentgenologinis tyrimas.

Išskiriamos dvi pagrindinės dantų traumų grupės:

- dantų kietųjų audinių (danties vainiko ir šaknies įskilimai, lūžiai)
- apydančio pažeidimai (apie danties šaknį esančių audinių).

SVARBU!

Ką daryti nuskilus danties fragmentui ar kai dantis išmuštas?

- Nuskilus danties vainiko daliai (3 pav.) būtina paieškoti lūžusio fragmento, o radus jį įdėti į indelį su šaltu pienu, fiziologiniu tirpalu, kraštutiniu atveju vandeniu ir atsinešti pas gydytoją odontologą (1, 2 pav.). Kuo anksčiau (per 24 val.) kreipsitės į specialistą, tuo geriau bus pagydyta dantų trauma.
- Jei dantis išmuštas, kuo ilgiau išmuštas dantis bus sausoje aplinkoje (pvz., ant žemės, servetėlėje ar delne), tuo mažiau galimybių, kad atstatytas (replantuotas) dantis sėkmingai prigis, tuo didesnė vėlesnių traumos komplikacijų rizika.
- Suradę išmuštą dantį jokių būdu jo mechaniškai nevalykite ir nedezinfekuokite!
- Laikydami už danties vainiko (baltosios dalies) trumpai nuplaukite jį šaltu tekančiu vandeniu, įdėkite į indelį su pienu ir kuo skubiau vykite pas gydytoją odontologą.



1 pav. Lūžusio danties fragmentas



2 pav. Pacientas lūžusio danties fragmentą atsinešė piene



3 pav. 21 danties emalio ir dentino lūžis (nekomplikuotas)



4 pav. 11 ir 21 dantų visiškai išnirimai

Daugiau informacijos apie vaikų burnos sveikatą ir jos išsaugojimą rasite [Lietuvos Respublikos odontologų rūmų tinklalapyje](#)