

7 η Υγειονομική Περιφέρεια ΚΡΗΤΗΣ



ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

1) Το παρακάτω κείμενο που συνδέεται με τις διαφάνειες είναι προαιρετικό και δύναται να τροποποιηθεί από τους οδοντιάτρους ανάλογα με την ηλικία και το επίπεδο των παιδιών.

2) Ο αριθμός των διαφανειών είναι 46. Προτεινόμενος χρόνος ομιλίας περίπου 45 λεπτά (από 1

λεπτό κάθε διαφάνεια). Κάθε ομιλητής μπορεί να προσαρμόσει το χρόνο/διαφάνειες.

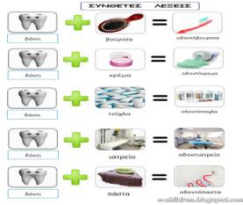
3) Ο τρόπος παρουσίασης είναι διαδραστικός. Δηλαδή ρωτάμε τους μαθητές και αυτοί απαντούν. Δημιουργούμε έναν εποικοδομητικό διάλογο με σκοπό την προσέλκυση των παιδιών με βασικό όφελος την απόκτηση εμπιστοσύνης στο πρόσωπο μας. Η συμμετοχή των μαθητών διατηρεί το ενδιαφέρον τους ζωντανό και σχηματίζουμε μια πρώτη εικόνα για το επίπεδο της στοματικής υγιεινής που διατηρούν βοηθώντας μας στην επιδημιολογική καταγραφή.

4) Στην περίπτωση που επιλέξουμε να επισκεφτούμε εμείς τα σχολεία: Παρουσιάζουμε τον εαυτό μας και εξηγούμε τι θα κάνουμε και για ποιον λόγο βρισκόμαστε στο σχολείο τους. Π. χ. Είμαι ο Κώστας Σταυρίδης, είμαι οδοντίατρος του ΠΕΔΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ και ήρθα να σας αποκαλύψω τα μυστικά για υγιή δοντάκια και όμορφα χαμόγελα. Θα μιλήσουμε για την στοματική υγιεινή και θα λύσουμε τυχόν απορίες μας. Αργότερα θα εξετάσουμε τα δοντάκια σας και θα κάνουμε φθορίωση. Τέλος θα πάρετε ένα ενημερωτικό σημείωμα για τους γονείς σας. Σχετικά με το διάλλειμα των παιδιών θα τηρηθεί το προκαθορισμένο πρόγραμμα του σχολείου.

5) Στην περίπτωση που επιλέξουμε να καλέσουμε τα παιδιά στον χώρο του ΚΥ: Καλωσορίζουμε τα παιδιά στο χώρο του ΚΥ και παρουσιάζουμε τον εαυτό μας. Π. χ. Είμαι ο Κώστας Σταυρίδης, είμαι οδοντίατρος του ΚΥ ΑΝΩΓΕΙΩΝ. Καλώς ήρθατε, σας ευχαριστώ που μου κάνατε την τιμή να έρθετε να έρθετε στο Κ. Υ. Σήμερα θα περάσουμε την ημέρα μας μαζί όπου θα μάθουμε πολύ ενδιαφέροντα πράγματα. Θα σας αποκαλύψω τα μυστικά για υγιή δοντάκια και όμορφα χαμόγελα. Θα μιλήσουμε για την στοματική υγιεινή και θα λύσουμε τυχόν απορίες μας. Αργότερα ένα-ένα παιδάκι θα έρχεται στο ιατρείο θα το εξετάζω, θα κάνουμε φθορίωση και θα παίρνει ένα ενημερωτικό σημείωμα για τους γονείς του. Έχουμε ενημερωθεί από τους δασκάλους για την ώρα του πρώτου διαλειμματος και προσαρμόζουμε ανάλογα την παρουσίαση.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 2

Γνωρίζουμε άλλες λέξεις που περιέχουν την λέξη δόντι??



Ας ξεκινήσουμε με ένα παιχνίδι. Θα ήθελα να σκεφτούμε μήπως γνωρίζουμε λέξεις που να περιέχουν την λέξη <δόντι>.



ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 3

Φράσεις που περιέχουν την λέξη <<δόντι>>

Για να σκεφτούμε τώρα εκφράσεις που λέμε στην καθημερινότητα μας, ίσως κάποιες παροιμίες. Αναλύουμε κάθε έκφραση ξεχωριστά. Στην παροιμιώδη φράση οδόντα αντί οδόντος λέμε τα εξής: μια φράση που υπάρχει στην παλαιά διαθήκη. [Τα μεγαλύτερα παιδιά την γνωρίζουν]

ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 4-5

Ποιος ξέρει να μου πει για ποιον λόγο έχουμε δόντια;

Τρώμε-Γελάμε-Συζητάμε-Χαμογελάμε-Σφυρίζουμε-Πίνουμε-Τραγουδάμε

ΤΡΩΜΕ: Επιτελούμε την βασική και πρωταρχική ανάγκη του ανθρώπου για την διατήρηση της ζωής. Τι άλλο χρειάζεται ο άνθρωπος για να ζήσει; (αέρα, νερό, ήλιο). Γιατί είναι βασική ανάγκη η λήψη τροφής;(ενέργεια, βιταμίνες, θερμοκρασία σώματος, κτλ)

ΣΥΖΗΤΑΜΕ: Τι σημαίνει συζήτηση; Ομιλία; Λόγος ; = ΣΚΕΨΗ.

Άρα με την βοήθεια των δοντιών ο άνθρωπος παράγει σκέψη, δημιουργεί πολιτισμό, εξελίσσεται.

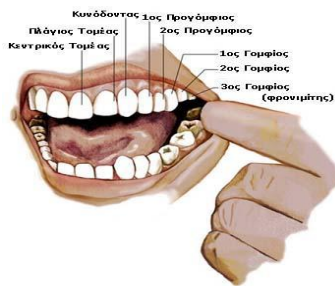
ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 7

Ας γνωρίσουμε τα δόντια μας

Συστήνουμε τα δόντια στα παιδιά. Ποια είναι και πως λέγονται.

Αναλύουμε ετυμολογικά την λέξη κυνόδοντας. Σύνθετη λέξη αποτελείται από την λέξη κύνων= στα αρχ. ελληνικά σημαίνει σκύλος +την λέξη δόντι.

Μπορούμε να ρωτήσουμε γιατί χρειάζεται ο άνθρωπος ένα μυτερό και λίγο πιο μακρύ δοντάκι.



ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Ο άνθρωπος όπως όλα τα θηλαστικά χρειάζεται ένα γερό δόντι με μακριά ρίζα για να σκίζει, κόβει την σκληρή τροφή όπως το κρέας.

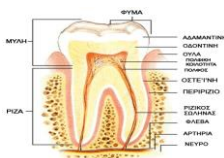
Τι σημαίνει φρονιμίτης ή σωφρονιστήρας;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Είναι τα τελευταία μόνιμα δόντια που βγάζουμε στο στόμα μας. Η ηλικία που έχουμε όταν εμφανίζονται (ανατέλλουν) είναι στα 17-23, δηλαδή μια ηλικία ορόσημο για την ζωή μας. Τελειώνει η εφηβεία και περνάμε στην ενήλικη ζωή.

Άρα: <<φρονιμεύουμε>> -μεγαλώσαμε- δεν είμαστε πλέον παιδιά-έφηβοι -καλούμαστε να ωριμάσουμε.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 8

Η δομή του δοντιού



Ρωτάμε ποια άλλη λέξη μας θυμίζει η λέξη αδαμαντίνη.

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Την λέξη διαμάντι, αναφέρουμε τις ιδιότητες των πολύτιμων λίθων(σκληρότητα, ανθεκτικότητα

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 9

Τα μπλε δοντάκια είναι τα μόνιμα δόντια που θα βγάλετε. Υπάρχουν ήδη μέσα στα οστά των γνάθων

ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 10-11

Πόσα δόντια νεογυλά και μόνιμα έχουμε

ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 12-13

Η εξέλιξη της οδοντόβουρτσας

Όπως είπαμε παραπάνω η βασική ανάγκη του ανθρώπου είναι η τροφή, έτσι ο προϊστορικός άνθρωπος για να ζήσει έπρεπε να φάει, είχε καταλάβει όμως πως για να μπορεί να φάει έπρεπε με κάποιο τρόπο να διατηρήσει δόντια του γι' αυτό δημιούργησε ένα είδος βούρτσας από κλαριά δέντρων τεμαχίζοντας τις άκρες. Όμως αντί να καθαρίζει τα δόντια του, τα τραυμάτιζε όποτε δοκίμασε άλλα είδη ξύλων. Δοκίμασε από μπαμπού, αλλά πάλι τραυματιζόταν. Έτσι επέλεξε οι τρίχες να είναι από διάφορα ζώα όπως χοίρου, αλόγου. Μετά περνώντας οι αιώνες φτάνοντας στην Λουδοβίκεια εποχή τον 14 αι μ. Χ. οι λαβες των οδοντόβουρτσων ήταν από χρυσό δείχνοντας την κοινωνική καταγωγή του κατόχου. Φτάνοντας το 1938 όπου η οδοντόβουρτσα πήρε την σημερινή της μορφή. Τώρα έχουμε φτάσει την ηλεκτρική. Όλο το παραπάνω μας δείχνει ότι υπάρχει εξέλιξη στη οδοντόβουρτσα όμως η ανάγκη του ανθρώπου να φροντίζει την στοματική υγεία του έχει μείνει η ίδια μέσα στο πέρασμα των αιώνων. ,

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 14

Εμείς σήμερα γνωρίζουμε ότι η τερηδόνα χαλάει τα δόντια, το 5000π. Χ. δεν το γνώριζαν, έτσι σκαρφίστηκαν το παραμύθι με το σκουλήκι που τρώει τα δόντια.



- Στο Βρετανικό Μουσείο υπάρχει μια πλάκα πήλινη που βρέθηκε στην Μεσοποταμία κοντά στον πόταμο Ευφράτη. Χρονολογείται γύρω στα 5000 πχ. Ονομάζεται

- <<Το παραμύθι του σκουληκιού >> παρουσιάζει ένα σκουλήκι που μπαίνει σε ένα δόντι και το καταστρέφει, περιγράφοντας την τερηδόνα.

- 3000-5000 πχ. Ευρήματα στην Ν. Αμερική οι Ίνκας και οι Μαγιά προέβαιναν σε επεμβάσεις κοπτήρων και των κυνοδόντων κάνοντας <<τρόχισμα>>



Ο πρώτος υποτυπώδης τροχός. Με τα χέρια τον έστριβαν προσπαθώντας να αφαιρέσουν την χαλασμένη επιφάνεια του δοντιού.

Σε όσα παιδιά βρίσκονται στα ΚΥ μπορούμε να τους δείξουμε τον σύγχρονο τροχό και να κάνουμε συγκρίσεις.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 15



Οι Φαραώ της Αιγύπτου γνώριζαν τις ιδιότητες των πολύτιμων λίθων γι' αυτό τοποθετούσαν στα δόντια τους πολύτιμες πέτρες καλύπτοντας τα χαλασμένα τμήματα.

Τα πρώτο σφράγισμα ήταν από κερί μέλισσας.

Οι Αιγύπτιοι είχαν αν ανακαλύψει τα σφραγίσματα. Στην μελέτη του σκελετού ενός Φαραώ είχαν βρει πολλά σφραγίσματα από

ταρταρούγα.

Επίσης εφάρμοζαν την προσθήκη πολυτίμων λίθων στα δόντια τους. Θα λέγαμε εν συντομία ότι έδιναν μεγάλη σημασία στα δόντια τους τόσο σαν στοιχείο ομορφιάς όσο και στοιχείο υγείας εξυμνούσαν μάλιστα σε ποιήματα, ύμνους και λαϊκά τραγούδια τα όμορφα δόντια.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 16 -17

Προχωρώντας οι αιώνες μιλάμε για άλλους λαούς και πολιτισμούς.

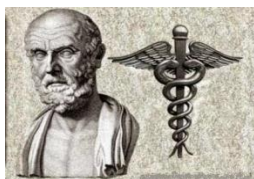
Αναφερόμαστε στον Ρωμαϊκό πολιτισμό. Στην Ιταλία το 800 πχ χρησιμοποιούσαν πρόσθετα δόντια με χρυσό δακτύλιο πάνω σε αυτά. Ο χρυσός συμβόλιζε τον πλούτο.

στον Κινέζικο: Για τα προβλήματα των δοντιών υπήρχαν 26 σημεία βελονισμού σε διάφορα μέρη του σώματος όχι κατ' ανάγκη στην περιοχή του προσώπου. Έτσι υπήρχαν αρκετά σημεία στα πόδια και ένα σημείο στον αγκώνα.

και τέλος στον Ελληνικό πολιτισμό:

Διάπλαση των δοντιών: Τα πρώτα δόντια σχηματίζονται από την θρέψη του εμβρύου στην κοιλιά της μητέρας και μετά τη γέννηση από το γάλα της μητέρας. Τα δόντια που εμφανίζονται μετά την απόπτωση των πρώτων σχηματίζονται από τις τροφές και τα ποτά.

Ανατολή των δοντιών: Περιγράφει τα συμπτώματα που συνοδεύουν την ανατολή των δοντιών. Συγκεκριμένα αναφέρει ότι αυτά είναι φαγούρα, πυρετός, σπασμοί και διάρροιες, ιδίως κατά την ανατολή των κυνοδόντων. Επίσης αναφέρει ότι η απόπτωση των πρώτων δοντιών γίνεται στην ηλικία των 7 ετών και ότι από τα 7 έως τα 14 εμφανίζονται τα μεγαλύτερα δόντια, ενώ κατά την περίοδο της 4ης επταετίας εμφανίζονται οι φρονιμίτες. Τα μεγαλύτερα δόντια γηράσκουν μαζί με τον άνθρωπο, εκτός και εάν κάποια νόσος τα καταστρέψει πρόωρα.



Αν θέλουμε μπορούμε να ρωτήσουμε ποιος ήταν ο Ιπποκράτης και να τους μιλήσουμε για τον << Όρκο του Ιπποκράτη >>

Επίσης μπορούμε να ρωτήσουμε το σήμα με το φίδι τι σημαίνει.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 18

Τέχνη και οδοντιατρική



Το μαρτύριο της αγίας Απολλώνιας αποτέλεσε έμπνευση για μεγάλους ζωγράφους και καλλιτέχνες να δημιουργήσουν έργα απaráμιλλης τέχνης που κοσμούν καθεδρικούς ναούς και μουσεία. Η Αγία Απολλωνία μαζί με τον άγιο Αντύπα αποτελούν τους αγίους-προστάτες των δοντιών (**προαιρετική διαφάνεια, ανάλογα με την ηλικία και το επίπεδο των παιδιών**)

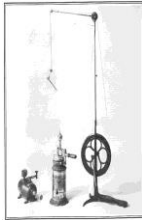
Πίνακας του Francisco Zurbarán, περίπου 163. Μουσείο του Λούβρου, Παρίσι. Παριστάνεται η Αγία Απολλωνία.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 19

Οι κουρείς και οι μοναχοί των μεσαιώνων ασκούσαν την οδοντιατρική τέχνη. Τότε δεν ήταν η οδοντιατρική επιστήμη όπως είναι σήμερα.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 20-21

Εξέλιξη οδοντιατρικού τροχού και οδοντιατρικής έδρας



1790. Ο πρώτος τροχός

1890. Η πρώτη οδοντιατρική έδρα

1940 Πανεπιστήμιο Βαλτιμόρης όπου η Οδοντιατρική καθιερώθηκε σαν επιστήμη



Ένα σύγχρονο οδοντιατρείο

ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 22-24

Οι φίλοι των δοντιών



Μιλάμε για την αξία της σωστής και υγιεινής διατροφής. Οι βιταμίνες μας βοηθούν να κτίσουμε έναν γερό οργανισμό και υγιή δόντια.



ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 25

Το νερό

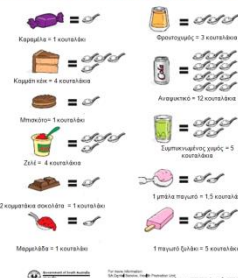


ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 26 - 27

Πόση ζάχαρη επιτρέπεται στη διατροφή μας και πού είναι κρυμμένη;



Πόσα κουταλάκια ζάχαρη κρύβονται μέσα στα φαγητά και ποτά ;;;



ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 28-29

Οι εχθροί των δοντιών



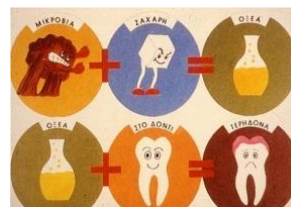
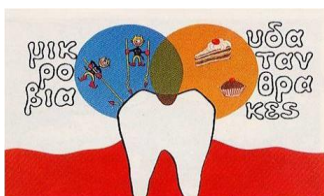
ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 30

Μηχανισμός δράσης της τερηδόνας

Εξηγούμε πώς δρά η τερηδόνα

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 31

Οι ασθένειες των δοντιών - τερηδόνα



Σε αυτό το σημείο ρωτάμε τα παιδιά αν βλέπουν ταινίες τρόμου.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 32-34



Εικόνες παιδιών που δεν βούρτσίζουν τα δόντια τους.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 35-38

Εξέλιξη ουλίτιδας σε περιοδοντίτιδα - οδοντική πλάκα

Αν δεν βουρτσίζουμε τα δόντια μας, τα ούλα μας κλαίνε γιατί δεν αγαπούν καθόλου τα μικρόβια. Πως το γνωρίζουμε αυτό;

Το ξέρουμε γιατί ματώνουν, κοκκινίζουν, πονάνε. (ουλίτιδα). Αν δεν δώσουμε σημασία και συνεχίσουμε μεγαλώνοντας να μην τα βουρτσίζουμε τότε τα ούλα θα αρρωστήσουν πολύ και η ασθένεια που θα πάθουν λέγεται περιοδοντίτιδα. Αν συμβεί αυτό τότε θα δούμε τα ούλα να χαλαρώνουν, να μην συγκρατούν τα δόντια μας στην θέση τους δηλαδή να πέφτουν.



ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 39

Βουρτσίζουμε τα δόντια

ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ 40-41

Τονίζουμε την αναγκαιότητα επίσκεψης στον οδοντίατρο. Ο οδοντίατρος είναι φίλος μας, θέλει να μας βοηθήσει για να έχουμε γερά δόντια. Η Οδοντιατρική είναι μια επιστήμη που εξελίσσεται και εφαρμόζει ανώδυνης τεχνικές (αναισθητικά, κτλ).

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 42 - 43

Σωστός τρόπος βουρτσίσματος



Φανταζόμαστε το στόμα σαν έναν κύκλο, όπου τον χωρίζουμε σε 4 κομμάτια (τεταρτημόρια). Στρίβουμε λίγο την οδοντόβουρτσα με γωνία κλίσης 45 μοίρες ώστε οι τρίχες της να μπαίνουν ανάμεσα στα δόντια και κάτω από τα ούλα.

Ξεκινάμε να βουρτίζουμε κάθε τεταρτημόριο μετρώντας αργά μέχρι το 10. Βουρσίζουμε όλες τις επιφάνειες των δοντιών. Τέλος δεν ξεχνάμε να βουρτσίσουμε την γλώσσα μας. Χρησιμοποιούμε οδοντόβουρτσα με μικρή κεφαλή και ίσες τρίχες και ελάχιστη οδοντόκρεμα (μέγεθος φακής) κατάλληλη για την ηλικία μας.

Προσαρμόζουμε τις οδηγίες βουρτσίσματος για ηλεκτρική οδοντόβουρτσα και παιδιά υπό ορθοδοντική θεραπεία.

Προτρέπουμε τα παιδιά που έχουν οδοντόβουρτσα να βουρτσίσουν τα δόντια τους μαζί μας.

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 44

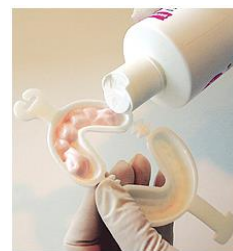
Χρήση οδοντικού νήματος

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 45

Φθόριο-φθορίωση



Στοιχείο της φύσης, είναι μέταλλο, κατάλληλη επεξεργασία για να τοποθετούμε στην επιφάνεια των δοντιών. Άλλες ευρωπαϊκές χώρες έχουν προβεί σε φθορίωση νερού. Αναλύουμε τα πλεονεκτήματα .



ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ 46

Οδηγίες

Υγιή δοντάκια, αστραφτερά χαμόγελα.

Ο οδοντίατρος μου μπορεί να είναι μεγάλος σε ηλικία αλλά είναι φίλος μου.

Θα βουρτσίζω τα δόντια μου δυο φορές την ημέρα με οδοντόκρεμα που θα έχει φθόριο.

Επιλέγω να πίνω νεράκι και όχι αναψυκτικά

Τρώω φρούτα, λαχανικά και θα πίνω όλο το γάλα μου.

Βουρτσίζω τα δόντια μου πριν πάω για ύπνο.

Δεν τρώω γλυκά μεταξύ των γευμάτων.

Χρησιμοποιώ οδοντικό νήμα.

Επισκέπτομαι τον οδοντίατρο μου δυο φορές τον χρόνο για να κάνει έλεγχο στα δοντάκια μου και να μου κάνει φθορίωση.

[Βάζουμε ένα -ένα παιδάκι να διαβάξει από μια πρόταση και ύστερα όλα μαζί την επαναλαμβάνουν]



ΤΕΛΟΣ