



Η Στοματική Υγεία των Ειδικών Ασθενών μπορεί να απαιτεί βοήθεια από τους Φροντιστές

Εξετάζουν συχνά το στόμα του παιδιού για οτιδήποτε ασυνήθιστο

Βοηθούν στην καθημερινή διαδικασία στοματικής υγιεινής (βούρτσισμα / οδοντικό νήμα)

Βοηθούν στον έλεγχο διαιτολογίου

Συνοδεύουν στην επίσκεψη στο οδοντιατρείο

Οδοντιατρική Λίστα Ελέγχου

- Υγιεινή Διατροφή
- Βούρτσισμα 2 φορές τη μέρα με Φθοριούχο οδοντόπαστα και μαλακή οδοντόβουρτσα
- Έλεγχος για ύποπτα συμπτώματα
 - Ούλα που αιμορραγούν
 - Δόντια με άλλο χρώμα / χαλασμένα
 - Επίμονη κακοσμία
 - Δυσκολία στη μάσηση
- Μετά το γεύμα : πίνουμε ή ξεπλένουμε το στόμα με καθαρό νερό
- Επίσκεψη στον οδοντίατρο 2 φορές το χρόνο



7^η Υγειονομική Περιφέρεια Κρήτης



Ειδική Οδοντιατρική Φροντίδα για Παιδιά

Πληροφορίες για Φροντιστές

Πρόληψη των Στοματικών Νόσων

Είναι εφικτή και χρειάζεται συνεργασία
Βοηθήστε και ενθαρρύνετε τα παιδιά να
βουρτσίζουν
Χρησιμοποιήστε φθοριούχα σκευάσματα
Ρωτήστε τον οδοντίατρό σας

Έλεγχος Διατροφολογίου

Προσπαθήστε να ακολουθείτε μια
ισορροπημένη διατροφή, με πολλά φρέσκα
φρούτα και λαχανικά

Αποφεύγετε τα αναψυκτικά και τους χυμούς με
ζάχαρη, ειδικά μεταξύ των γευμάτων, και
προτιμάτε να χρησιμοποιείτε καλαμάκι.

Είναι προτιμότερο ότι γλυκό δίνετε να
καταναλώνεται με το γεύμα, και μετά να
ξεπλένεται το στόμα ή να πίνετε καθαρό νερό.

Ειδικά τα γλυκά με κολλώδη υφή (όπως
καραμέλες, μπισκότα, κ.α.) μπορούν να
κολλήσουν στα πίσω δόντια και να παραμείνει
η επίδραση της ζάχαρης στο στόμα για ώρες.



Εναπόθεση
«πέτρας» ή
οδοντικής
μικροβιακής
πλάκας

Βούρτσισμα.. Πώς;

Εάν μπορεί να βουρτσίσει μόνο του το παιδί
και δεν υπάρχει κίνδυνος κατάποσης της
οδοντόκρεμας, τοποθετείται ποσότητα
οδοντόκρεμας όσο μία φακή και βουρτσίζονται
όλες οι επιφάνειες των δοντιών για 3 λεπτά.

Εάν δεν υπάρχει δυνατότητα βουρτσίσματος
από το παιδί, τα δόντια πρέπει να
βουρτσίζονται από το φροντιστή.

Ο φροντιστής στέκεται πίσω ή πλάι και
ψηλότερα απ το παιδί, συγκρατεί ελαφρά το
κεφάλι και βουρτσίζει. Μπορεί να
χρησιμοποιηθεί βοηθητικά για τη διάνοιξη του
στόματος μια δεσμίδα από ξύλινα
γλωσσοπίεστρα δεμένα με ταινία.

Καθαρισμός δοντιών έστω και χωρίς οδοντόβουρτσα / οδοντόκρεμα !!

Εάν δεν είναι ανεκτή η χρήση οδοντόκρεμας ή
οδοντόβουρτσας, μπορείτε να καθαρίσετε τα
δόντια του παιδιού με μια γάζα εμποτισμένη με
στομ. δ/μα ή ζελέ φθοριούχο ή γλωρεξιδίνης ...
ρωτήστε τον οδοντίατρό σας!



Ελάχιστη ποσότητα οδοντόκρεμας

Η λαβή της οδοντόβουρτσας μπορεί να
τροποποιηθεί κατάλληλα για να έχει εύχρηστη
λαβή και να είναι μαλακή ή μέτρια.

Εάν είναι εφικτό, ενδείκνυται η χρήση
ηλεκτρικής οδοντόβουρτσας και μεσοδόντιου
καθαρισμού.

Φθόριο

Το φθόριο που περιέχεται στις οδοντόκρεμες,
τα στοματικά διαλύματα, βερνίκια και ζελέ
φθορίου εισχωρεί στην εξωτερική επιφάνεια
της αδαμαντίνης των δοντιών και τα δυναμώνει
ώστε να μην χαλάνε τόσο εύκολα από την
τερηδόνα!

Χρησιμοποιείτε φθοριούχα σκευάσματα και
κάντε φθορίωση στον οδοντίατρο 2 φορές το
χρόνο.

