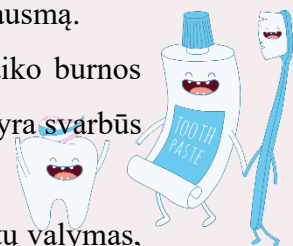




IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ BURNOS HIGIENA

Gera burnos sveikata yra vienas iš veiksnių, lemiančių gerą savijautą. Jai palaikyti reikalingos pastangos: dantis svarbu pradėti prižiūrėti nuo pat pirmojo dantuko išdygimo, kitu atveju, atsiranda pasekmės. Pavyzdžiui, dantų ėduonis yra pavojinga lėtinė liga, kurios 2019 metų duomenimis paplitimas išsivysčiusiose Šiaurės šalyse siekė 60-90 %. Nesirūpinant burnos higiena gali atsirasti dantų skausmas, sunkumai bendrauti, maitintis ir miegoti, o tai daro neigiamą įtaką vaikų gyvenimo kokybei, veikia juos psichologiškai ir socialiai, sukelia diskomforto jausmą.

Socialinė ir ekonominė padėtis, mitybos įpročiai, tėvų požiūris ir dėmesys vaiko burnos higienai bei galimybės naudotis viešosiomis burnos sveikatos priežiūros paslaugomis yra svarbūs veiksniai, darantys įtaką ikimokyklinio amžiaus vaikų burnos sveikatai.



Pirmas būdas, siekiant išvengti ankstyvojo vaikų dantų ėduonies, kasdienis dantų valymas, naudojant fluoridų turinčią pastą ir minkštą, mažesnio dydžio dantų šepetėlį. Svarbu, kuo anksčiau pratinti vaikus valyti dantis, tai daryti du kartus per dieną (ryte ir vakare), po 2 minutes. Dantis vaikui reikia pradėti valyti vos išdygus pirmajam dantukui. Tai turėtų daryti vaiko tėvai ir tėsti, kol vaikui sueis 7 metai. Svarbu prižiūrėti, kad vaikas pastos nerytų, nes tai gali sukelti fluorozę – negrįžtamą emalio struktūros pažeidimą, kurį sukelia per didelis fluoridų kiekis emalio vystymosi ir mineralizacijos metu, ir kuris pasireiškia baltomis arba rudomis dėmelėmis ant dantų. Fluoro kiekį dantų pastoje, įvertinęs vaiko dantų būklę, turėtų parinkti gydytojas odontologas.

Be įprastinių burnos higienos priemonių (dantų šepetėlio ir pastos), labai svarbus yra dantų siūlas ir tarpdančių šepetėliai. Taip pat svarbi priemonė, padedanti užtikrinti tinkamą burnos higieną, yra apnašas išryškinanti dažo medžiaga, kurią tablečių ar dantų pastos forma galima naudoti namuose. Įtraukus šią priemonę į burnos higienos procedūrą, pagerėja vaikų burnos higiena ir dantenų sveikata. Dažnas užkandžiavimas daug angliavandenių turinčiais produktais daro įtaką ėduonies išsivystymui, todėl svarbu, kad tėvai turėtų pakankamai žinių apie tinkamą mitybą ir jas perduotų vaikams.

Taigi, ikimokyklinio amžiaus vaikų burnos priežiūra yra labai svarbi, nes išugdyti įgūdžiai arba jų stokos pasekmės vaiką lydi visą gyvenimą. Neabejotinai didelę dalį šiame procese užima vaiko tėvai, todėl labai svarbu jiems suteikti reikalingą informaciją. Tačiau tam, kad informacija būtų suteikiama tikslingai, svarbu išsiaiškinti, kokios yra vaikų burnos priežiūros spragos.



Parengė visuomenės sveikatos specialistė Aurelija Mickutė remiantis Martinėlytė, G., Vasiliauskienė, I., Petrauskienė S., ir kt. (2021). Tėvų žinios apie ikimokyklinio ugdymo įstaigas lankančių vaikų burnos sveikatą. Lietuvos sveikatos mokslų universitetas. Sveikatos mokslai: 31 tomas, Nr.5. Tel.: 8 672 90424, el. paštas: aurelija.mickute@sveikatos-biuras.lt



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS