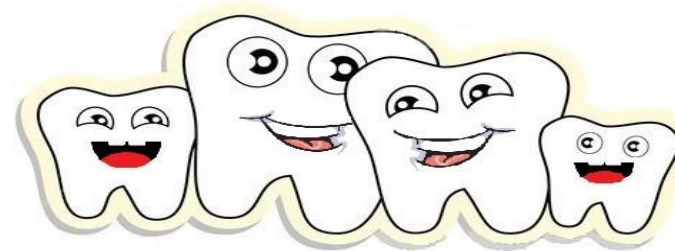


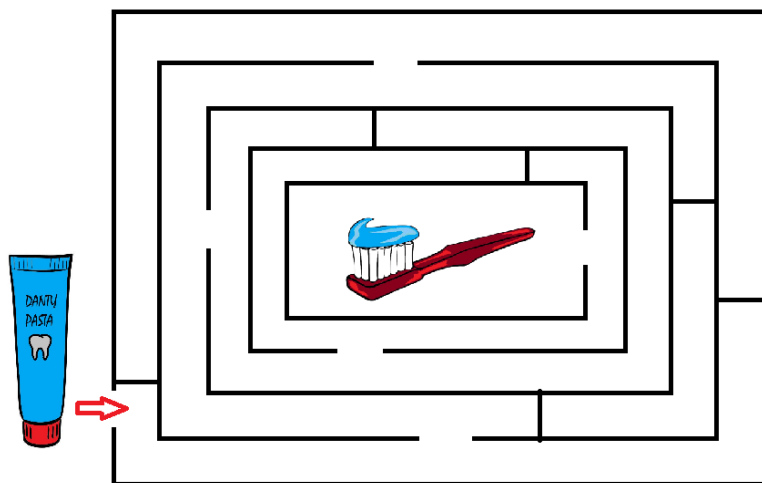
KĄ RENKIESI TU?



NUO PIRMOJO DANTUKO



PADĖK DANTŲ PASTAI SURASTI DANTŲ ŠEPETĖLĮ



Daugų g. 5A, Alytus
Tel. (8 315)51 653
www.alytausvsb.lt

Sekite mus:



Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



alytausvsb

KAS, KAIP IR KADA?

AR ŽINAI, KAD...

dantys yra pati tvirčiausia žmogaus organizmo dalis.

2019 m.

ATMINTINĖ TĖVAMS

- Vaikų dantis reikia pradėti prižiūrėti, kai tik jie prasikala. Pradžioje galite naudoti švarios marlės atraižą, sudrėkintą šiltu virintu vandeniu, vėliau – specialų kūdikiams skirtą šepetėlį (užmaunamą ant piršto).
- Dantų šepetėlį reikėtų pradėti naudoti, kai išdygsta pirmieji pieniniai krūminiai dantukai (maždaug apie 1 – 1,5 metų).
- Dantų šepetėlis turėtų būti vaikiškas: atitinkantis vaiko amžių, minkštas, maža suapvalinta galvute.
- Kaip ir pirmaisiais gyvenimo metais, vaiko dantukus valykite bent du kartus per dieną: ryte po pusryčių ir vakare prieš miegą, 2 – 3 minutes.
- Iki 3 – 4 metų vaikų dantukus turi valyti tėvai, nors vaikas gali bandyti valyti juos pats, tačiau jo dantų valymo technika dar nėra pakankamai gera, kad tai padarytų kokybiškai.
- 5 – 7 metų vaikai paprastai jau geba dantukus išsivalyti patys – tėvams tereikia stebėti, ar jie tai padarė gerai ir prareikus, užbaigti vaiko pradėtą darbą.
- Nuo 12 metų rekomenduojama pradėti naudoti tarpdančių dantų siūlą.
- Išmokinti vaiką išspjauti dantų pastos likučius ir išskalauti burną.
- Skatinkite vaiką patį valyti dantukus, kad nuo mažens formuotųsi dantų priežiūros įgūdžiai.

Apie dantų pastą:

- Pirmąjį dantuką valyti galima ir be dantų pastos, nes maži vaikai dantų pastą nuryja (rekomenduojama dantų pastą pradėti naudoti nuo 2 metų amžiaus);
- Vaikišką dantų pastą reikia pasirinkti atitinkamai, pagal vaiko amžių;
- Rinktis dantų pasta su fluoru ar be jo: fluoras apsaugo dantis nuo ėduonies, tačiau patariama ją naudoti vaikams nuo 3 metų, kaip vaikas moka ją išspjauti;
- Dantims išvalyti pakanka labai nedidelio dantų pastos kiekio – maždaug žirnio dydžio.

Kas yra silantai ir kada galima silantuoti?

Silantai – tai dantų ėduonies profilaktikai skirta priemonė, neleidžianti bakterijoms ir angliavandeniams ardyti danties emalio. Dantis dengti silantais galima vaikams nuo 5 – 6 metų, išdygus pirmajam nuolatiniam dančiui, iki 15 m., kol sąkandis pilnai pasikeičia į nuolatinį.

PIENINIAI DANTYS

		Išdygsta	Iškrenta
VIRŠUTINIS ŽANDIKAULIS	Centrinis kandis	8 - 12 mėn.	6 - 7 m.
	Šoninis kandis	9 - 13 mėn.	7 - 8 m.
	Iltis	16 - 22 mėn.	10 - 12 m.
	Pirmas krūminis dantis	13 - 19 mėn.	9 - 11 m.
	Antras krūminis dantis	25 - 33 mėn.	10 - 12 m.
APATINIS ŽANDIKAULIS	Antras krūminis dantis	23 - 32 mėn.	10 - 12 m.
	Pirmas krūminis dantis	14 - 19 mėn.	9 - 11 m.
	Iltis	16 - 23 mėn.	9 - 12 m.
	Šoninis kandis	9 - 13 mėn.	7 - 8 m.
	Centrinis kandis	6 - 10 mėn.	6 - 7 m.

Dantų rūšys:

■ Kandžiai ■ Iltiniai dantys ■ Krūminiai dantys

NUOLATINIAI DANTYS

		Išdygsta (metai)
VIRŠUTINIS ŽANDIKAULIS	Centrinis kandis	7 - 8 m.
	Šoninis kandis	8 - 9 m.
	Iltis	11 - 12 m.
	1-as prieškrūminis dantis	10 - 11 m.
	2-as prieškrūminis dantis	10 - 12 m.
	1-as krūminis dantis	6 - 7 m.
APATINIS ŽANDIKAULIS	3-as krūminis dantis (protinis)	17 - 21 m.
	2-as krūminis dantis	12 - 13 m.
	1-as krūminis dantis	6 - 7 m.
	2-as prieškrūminis dantis	11 - 12 m.
	1-as prieškrūminis dantis	10 - 12 m.
	Iltis	9 - 10 m.
	Šoninis kandis	7 - 8 m.
	Centrinis kandis	6 - 7 m.

Dantų rūšys:

■ Kandžiai ■ Prieškrūminiai dantys ■ Protiniai krūminiai dantys
■ Iltiniai dantys ■ Krūminiai dantys