

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
( Н И У « Б е л Г У » )

МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ  
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

**ЦМК стоматологических дисциплин**

**ЗНАЧЕНИЕ МОТИВАЦИИ К ГИГИЕНЕ ПОЛОСТИ РТА ДЕТЕЙ  
РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**Дипломная работа студентки**

**очной формы обучения  
специальности 31.02.06 Стоматология профилактическая  
2 курса группы 03051731  
Кутовой Валерии Владимировны**

Научный руководитель  
преподаватель Богданович О.В.

Рецензент  
врач стоматолог-терапевт  
ГУП «Стоматологическая  
поликлиника № 2» г. Белгорода  
Тыщенко Т.И.

**БЕЛГОРОД 2019**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ОБУЧЕНИЕ ИНДИВИДУЛЬНОЙ ГИГИЕНЕ ПОЛОСТИ РТА .....	6
1.1.Уровень стоматологического здоровья детей в России .....	9
1.2.Обучение родителей и их детей от 3 до 6 лет .....	13
1.3.Обучение детей в возрасте от 7 до 10 лет.....	15
1.4.Обучение детей 11-14 лет и подростков.....	16
1.5.Стоматологическое просвещение. Мотивация населения к поддержанию здоровья полости рта .....	17
1.6.Пути совершенствования профилактики развития стоматологических заболеваний у детей .....	21
1.7.Советы по сохранению здоровых зубов у детей.....	22
ГЛАВА 2. ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТОВ .....	23
2.1.Результаты исследования .....	23
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	31
ПРЕДЛОЖЕНИЯ.....	34
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ.....	35
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	37

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность темы** дипломной работы обусловлена необходимостью повышения значения и роли мотивации к гигиене полости рта детей различных возрастных категорий. Профилактика заболеваний полости рта сопутствуют человеку на протяжении всей его жизни. С момента прорезывания зубов ребенок должен периодически наблюдаться у стоматолога-гигиениста с целью осуществления профилактики заболеваний зубов у детей и корректирования гигиены, осуществляемой детьми самостоятельно и при оказании помощи родителями.

Профилактика заболеваний важна и актуальна в наше время, что связано с современным развитием общества. В современном мире эстетическая сторона приобретает большую важность, в связи с чем профилактика заболеваний полости рта и своевременная ее санация играют огромную роль в социальной жизни человека и качестве его жизни. Во многих западных странах система профилактики заболеваний полости рта достаточно развита в отличие от Российской Федерации, поэтому чрезвычайно важно обеспечить популяризацию осуществления превентивной гигиены полости рта и профилактики сопутствующих ей заболеваний.

В России в 2001 году была введена в номенклатуру медицинских специальностей новая специальность «Стоматология профилактическая» с квалификацией специалиста «гигиенист стоматологический». Местами работы гигиениста являются: стоматологические амбулаторно-поликлинические учреждения для детей и взрослых, стоматологические отделения и кабинеты лечебно-профилактических учреждений, учреждения социальной защиты населения и образования, а также санаторно-курортные учреждения (приказ МЗ РФ №33,2001). Данный факт является основополагающим в развитии системы профилактической стоматологии.

Максимально эффективной является работа гигиениста стоматологического в организованных детских коллективах, так как проводимые им групповые методы профилактики стоматологических заболеваний наиболее широко охватывают население.

Однако, до настоящего времени конкретные функциональные обязанности для гигиениста стоматологического, работающего в организованных детских коллективах, и его взаимодействие с врачом-стоматологом не разработаны. Определены вероятная эффективность работы гигиениста, круг его обязанностей и ответственности в школьном стоматологическом кабинете. Анализ доступных источников литературы и действительное положение организации стоматологической службы России в современных условиях показывают, что проблема внедрения и роль специальности «гигиенист стоматологический» в реализации профилактических программ в организованных детских коллективах актуальна и нуждается в разработке.

**Целью работы** является доказать и наглядно объяснить значение и важность мотиваций в проведении гигиенических стоматологических мер для детей различных возрастных категорий, донести до детей и взрослых, что важно проводить регулярно гигиенические процедуры полости рта для поддержания своего здоровья.

**Объектом изучения** школьники различного возраста

**Предметом изучения** проведения лекций и изучения уровня знаний школьников о правилах гигиены полости рта и необходимости их выполнять.

**Основной задачей** является проведения профилактической работы среди детей различных возрастных категорий.

**Практическая значимость** данного исследования заключается в необходимости организации деятельности стоматологов гигиенических, что связано с ролью данных специалистов в мотивации к гигиене полости рта детей различных возрастных категорий.

В первой главе работы представлена теоретическая информация о особенностях проведения гигиены полости рта у детей от 3 лет, а также возможные проблемы, с которыми могут столкнуться родители в данный возрастной промежуток. Во второй главе проводится описание исследования.

Работа представлена на 48 страницах, имеет список использованных источников литературы, 9 таблиц, представляющих сравнительный анализ до и после профилактической и санитарно-просветительной работы, 7 рисунков.

В качестве приложений использованы: анкета для школьников, уроки для школьников младших классов и лекции для старших классов.

## ГЛАВА 1. ОБУЧЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ГИГИЕНЕ ПОЛОСТИ РТА

Одним из основных элементов организации санитарно-просветительной работы является обучение пациентов осуществлению индивидуальной гигиены полости рта. Специалисты в области стоматологии обеспечивают обучение пациентов гигиене полости рта, а также других людей с целью дальнейшего аккумулирования и распространения знаний в области осуществления индивидуальной гигиены полости рта. В число иных специалистов входят: родители, вспомогательный персонал, педагоги, учителя и другие.

Обучение пациентов индивидуальной гигиене полости рта производится посредством использования разнообразных методов и способов (индивидуальных, групповых, офисных, коммунальных, например). Так или иначе, данное обучение базируется на законах психологии, правилах педагогики, которые в основном ориентируются на различные возрастные категории. Наиболее используемой формой обучения индивидуальной гигиене полости рта, получившей свое распространение, является урок гигиены.

В соответствии с задачами обучения пациентов индивидуальной гигиене полости рта урок гигиены можно условно разделить на следующие составные части – этапы:

1. I этап, именуемый этапом мотивирования.
2. II этап, который заключается в подборе средств осуществления индивидуальной гигиены полости рта и обосновании методов обучения пациентов.
3. III этап, состоящий в проведении практического обучения пациентов выбранным методам осуществления индивидуальной гигиены полости рта.

При осуществлении мотивации пациента к осуществлению индивидуальной гигиены полости рта на регулярной основе следует убедить человека в ниже следующем:

1. Проблемы, связанные с отсутствием санации полости рта, непосредственно связаны с общим здоровьем пациента и качеством его жизни. При разъяснении данного положения пациенту следует продемонстрировать проблемы, имеющиеся у обследуемого в полости рта, посредством использования стоматологического зеркала или, если стоматологический кабинет оснащен специальной видеокамерой, то при ее помощи. Также следует представить пациенту сценарий негативного развития клинической ситуации в полости рта в случае отказа от лечения или дальнейшего отказа от осуществления профессиональной и индивидуальной гигиены полости рта.

2. Здоровые зубы – залог хорошего качества жизни пациента, поскольку в данном случае отсутствуют заболевания пародонта, поражения слизистых оболочек полости рта, поражение кариесом зубов и наличие некариозных поражений. Наличие подобного рода проблем в полости рта пациента, напротив, обуславливают ухудшение качества жизни пациента, поскольку состояние полости рта человека имеет тесную взаимосвязь с общим состоянием здоровья пациента, системой внутренних органов, а также зачастую приводит к осложненным клиническим ситуациям, когда требуется длительное и дорогостоящее лечение, в том числе и протезирование. Одним из мотивов к регулярному и качественному осуществлению профессиональной и индивидуальной гигиены полости рта может стать стоимость устранения негативных последствий. Акцент следует делать на потенциально сэкономленных денежных средствах, которые могут быть выражены в качестве выгоды пациента.

3. Современная стоматология позволяет решать вопросы любой сложности посредством использования передовых практик, последних изобретений науки и инноваций. Однако, следует отметить, что добиться

должного эффекта можно и посредством использования недорогих и проверенных средств осуществления индивидуальной гигиены полости рта.

4. Заболевания зубов и пародонта не являются обособленными процессами, они вкупе с различными факторами риска (местными и общими) способствуют ухудшению состояния полости рта пациента (в данном случае обследуемому лучше озвучить и по возможности показать имеющиеся проблемы, обозначить факторы, которые могли послужить базисом для их возникновения и прогрессирования). Наличие инфицированных зубных отложений может стать агрессивной основой для развития той или иной патологии в полости рта пациента.

5. Зубной налет способствует разрушению зубов, при этом следует произвести рассказ пациенту о процессах деминерализации, деструкциях твердых тканях, а также возможных последствиях разрушения зубов.

6. Зубной налет является одним из главнейших факторов развития заболеваний полости рта и кариеса в первую очередь, однако, при этом следует продемонстрировать ситуацию в полости рта пациента посредством применения новых технологий (например, рамка с ультрафиолетовым свечением позволяет моментально увидеть зубной налет). Возможно и использование традиционных методов, например таких, как окрашивание растворами, использование таблеток с пищевым красителем «Динал». Пациент должен увидеть всю картину происходящего, а в его сознании должна немедленно появиться мысль об исправлении имеющегося состояния и предотвращения потенциальных негативных последствий в будущем.

Результатом выше указанного этапа должно стать изменение в сознании пациента подхода к осуществлению рутинной процедуры – гигиены полости рта с целью профилактики возможных заболеваний.

После мотивации пациента к осуществлению индивидуальной гигиены полости рта осуществляет подбор гигиенических средств и выбор методов для данной процедуры. На данном этапе врачом-стоматологом или стоматологом-гигиенистом осуществляется санитарно-просветительская



работа о том, какие гигиенические средства существуют на рынке (лучше всего представить пациенту выбор как в ценовой категории, так и в качестве продукции; рекомендуемые средства и методы должны не только соотноситься с профилактикой и лечением, но и возможностями пациента). Немаловажным является обучение пациента пользованию рядом гигиенических средств, рекомендованных специалистом в области превентивной стоматологии.

Немаловажным является наличие в стоматологическом кабинете уголка санитарно-просветительской работы, примеров гигиенических средств по уходу за полостью рта. Макеты служат в качестве одного из звеньев обучения пациента гигиене полости рта, поскольку позволяют наглядно и четко определить пробелы в гигиеническом знании человека.

Идеальным условием обучения пациента осуществлению индивидуальной гигиены полости рта является показ правильной и рекомендуемой чистки зубов на макете (модели) с последующим практическим закреплением. В ходе осуществления такого обучения рекомендуется выявить уровень владения пациентом гигиеническими навыками с последующей их коррекцией, составление плана и обучением новым навыкам.

Диагностику лучше всего производить в реальных условиях, когда пациент производит гигиену собственной полости рта, однако, осуществление данной процедуры на макете также является достаточно информативным источником о наличии либо же отсутствии тех или иных навыков у пациента.

### **1.1. Уровень стоматологического здоровья детей в России**

Высокий уровень распространенности кариеса зубов, воспалительных заболеваний пародонта среди населения всех возрастных групп во многих

странах мира и тенденция к его дальнейшему росту диктуют необходимость поиска наиболее эффективной и доступной программы профилактики стоматологических заболеваний [10, с. 20].

«Опыт борьбы со стоматологическими заболеваниями основан на разработке и внедрении национальных и региональных программ профилактики. Европейским региональным бюро Всемирной организации здравоохранения разработан программный документ «Здоровье 21 – здоровье для всех в 21-м столетии». В нем представлены основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВОЗ, в том числе и стоматологического здоровья населения. На современном этапе развития стоматологии, патологические процессы на слизистой оболочке рта могут быть связаны с заболеваниями разных органов и систем, изменением иммунного статуса организма. Слизистая оболочка рта находится под постоянным воздействием внешних и внутренних факторов и является местом проявления различного рода заболеваний. Проблемы заболеваемости слизистой оболочки рта у детей необходимо решать объединенными усилиями стоматологов, педиатров, дерматологов, морфологов, иммунологов и других специалистов. Регулярный уход за полостью рта – это неотъемлемая часть всех профилактических и лечебных мероприятий. Правильная гигиена полости рта – гарантия предупреждения образования зубного налета, являющегося одним из ведущих патогенетических факторов развития кариеса зубов и болезней пародонта. Формирование у населения мотивации к сохранению стоматологического здоровья – главная задача профилактической работы» [6, с. 11].

Согласно ВОЗ, санитарное просвещение является базовым методом профилактики. Известно, что чем раньше начинают приучать детей правильному уходу за полостью рта, тем больше вероятность того, что в данной области не возникнет патологический процесс [12, с. 60].

Среди социальных факторов, которые влияют на распространенность и интенсивность кариеса, выделяют: неудовлетворительные санитарно-

бытовые условия жизни, уровень гигиенических знаний детей, родителей и педагогов [16, с. 31].

По мнению Л.В. Козловской и А.И. Яцук (2011), важным направлением в предупреждении стоматологической патологии является гигиеническое воспитание и обучение детского населения. Несмотря на то, врачи стоматологи постоянно пополняют свои знания по вопросам стоматологического просвещения, знания, и навыки населения в данной области все еще находятся на низком уровне.

По данным многочисленных исследований, несмотря на разработку различных профилактических мероприятий в отечественной стоматологии, «стоматологическое здоровье» населения низким, что может приводить к усугублению медицинского, социального экономического ущерба обществу. Распространенность основных стоматологических заболеваний среди населения в последние годы достигает 95-100 % [8, с. 12].

Становится очевидным, что стоматологическая заболеваемость является не только медицинской проблемой, а также приобретает важное социальное и экономическое значение [1, с. 85].

Не все население страны уделяют здоровью полости рта должное внимание, поэтому кариес зубов и его осложнения остаются без лечения. Отсутствие лечения кариеса и его осложнений может привести к нарушению функций зубочелюстной системы, а также к заболеваниям внутренних органов. Качественная стоматологическая помощь в настоящее время является дорогостоящей. Некоторые страны мира тратят на ее поддержание до 5-11% годового бюджета. Поэтому первостепенным в отношении изучения стоматологической заболеваемости различных групп населения, является изучение вопросов первичной и вторичной профилактики. «Сохранение здоровья зубов в молодом возрасте во многом определяет их состояние в последующих возрастных периодах» [8, с. 24].

По данным О.И. Адмакина, И.А Зюлькина эпидемиологическое стоматологическое обследование населения в 2017 году в 46 регионах России

показало, что 78% детей в возрасте 12 лет имеют пораженные кариесом постоянные зубы, средняя интенсивность кариеса по индексу КПУ составляет 2,91. Среди 15-летних детей у каждого в среднем регистрируется 4-5 зубов, пораженных кариесом, и только у 12% подростков отмечается хороший уровень гигиены[16, с. 20].

В настоящее время считается, что ведущая роль в возникновении кариеса зубов у детей раннего возраста принадлежит стрептококковой микрофлоре. Среди патогенетических факторов доминирующими являются нарушение характера и режима питания (углеводный фактор) и низкий уровень гигиенического состояния полости рта.

Стоматологическое здоровье детей является одним из важнейших показателей благосостояния общества. Многочисленные исследования стоматологов показали, что ухудшение гигиенического состояния полости рта и наличие большого количества мягкого зубного налета изменяют состояния твердых тканей зубов (деминерализация эмали), а также провоцируют развитие воспалительных заболеваний пародонта. По результатам исследований только треть детского населения посещают стоматолога два раза в год, и регулярно получают информацию об уходе за полостью рта. Нам бы хотелось, чтобы дети с раннего возраста понимали значение стоматологического здоровья и были обучены правилам гигиены рта.

Обеспечение качества гигиены полости рта у детей невозможно без регулярного контроля, постоянного совершенствования навыков ухода за зубами и понимания для чего выполняется гигиенический уход за полостью рта. Стоматологическая заболеваемость в детском возрасте во многом определяет состояние здоровья людей в последующие годы жизни, поэтому необходимо обращать внимание не только на заболеваемость кариесом, но и на уровень гигиены полости рта детей в разные возрастные периоды

## 1.2. Обучение родителей и их детей от 3 до 6 лет

Гигиеническое обучение детей дошкольного возраста должно проводиться в стоматологическом кабинете, в семье, в детском учреждении [12, с. 4-5].

«Стоматолог, принимающий ребенка в кабинете, обязан продемонстрировать родителям качество гигиены его полости рта, подобрать подходящие средства гигиены, разъяснить родителям правила чистки зубов ребенка руками взрослых и элементы метода КАІ, которым необходимо обучить ребенка. Очень полезно провести урок гигиены, чтобы обучить и родителей соответствующим манипуляциям. Дети от 3 до 6 лет посещают детские дошкольные учреждения, и это обстоятельство широко используется в целях гигиенического воспитания детей. Стоматолог должен обучить педагогов и медработников детского учреждения правилам первичной стоматологической профилактики и, в частности, гигиенического ухода за полостью рта детей для того, чтобы эти работники могли формировать у детей соответствующие здоровые оральные привычки. Обучение детей проводится при помощи форм и методов, соответствующих их возрастным особенностям: занятия проходят в игровой форме, с элементами состязательности, информация подается небольшими фрагментами в течение цикла занятий. Практическое обучение проводится на моделях; каждый новый элемент несколько раз повторяют «в две руки», когда взрослый кладет свою руку поверх кисти ребенка» [13, с.1-8].

Осуществление пациентом индивидуальной гигиены полости рта (в особенности, если это дошкольное или школьное учреждение) следует проводить в специальном оборудованном помещении или уголке, оснащенный раковиной, зеркалом и специальным стеллажом для хранения индивидуальных средств гигиены полости рта (в случае дошкольного или школьного учреждения). Такая чистка зубов должна контролироваться

стоматологом или гигиенистом, а в случае дошкольного или школьного учреждения – педагогами сообща с медицинской сестрой, которые прошли подготовку по методам и средствам осуществления гигиены полости рта.

Закрепление навыков осуществления индивидуальной гигиены полости рта у детей должны привести к тому, что к 6 годам ребенок должен знать основные положения в части чистки зубов. Среди них можно выделить:

1. Зубная щетка является предметом осуществления гигиены полости рта.

2. Перед осуществлением гигиены полости рта обязательным условием является мытье рук мылом, а полоскание полости рта должно производиться как до чистки зубов, так и после.

3. Обязательное извлечение из полости рта остатков пищи, поскольку они являются питанием для патогенной микрофлоры, в особенности *Streptococcus Mutans* и *Streptococcus Salivaris*.

4. Осуществление индивидуальной гигиены полости рта дважды в день (утром и перед сном) посредством применения рекомендованной зубной щетки и пасты, а в случае дополнительных средств – закрепление навыков их использования.

5. Зубная щетка, как и средства дополнительной гигиены полости рта, должна быть индивидуальной и храниться в соответствии с рекомендуемыми нормами (например, если санузел совмещенный, то на щеточку следует после просушивания одевать колпачок с целью предотвращения попадания и ассимиляции на ней микробов).

6. Зубная щетка должна быть специальной (ребенку следует приобретать детскую зубную щетку, поскольку она имеет маленькую рабочую часть – головку, большую удобную ручку и, как правило, выкрашена в яркие цвета).

7. Состояние зубной щетки должно быть хорошим, она не должна быть лохматой, иметь шероховатости.

8. Объем накладываемой зубной пасты должен составлять размер горошины. Ребенок по достижению шестилетнего возраста должен понимать, что проглатывание зубной пасты может быть чревато для его здоровья, поскольку в данном возрасте следует вводить лечебно-профилактические пасты с содержанием фторидов.

9. Правильная чистка зубов осуществляется по часовой стрелке, начиная с I сегмента (у детей он является V сегментом), плавно и постепенно двигаясь, очищая жевательную поверхность, затем оральную (небную и язычную) и после, переходя к вестибулярной, которая замыкает круг осуществления ребенком индивидуальной гигиены полости рта.

10. После осуществления индивидуальной гигиены полости рта зубную щетку можно тщательно промыть с мылом для исключения ее осеменения микроорганизмами.

### **1.3. Обучение детей в возрасте от 7 до 10 лет**

«Обучение детей в возрасте от 7 до 10 лет и их родителей проводят как на стоматологическом приеме, так и в школе. Необходимо помнить об активной роли родителей в гигиене полости рта младших школьников и поэтому организовывать обучение не только и не столько ребенка, сколько всей семьи, четко указывая на возможности и обязанности детей и взрослых. В школьной программе предусматриваются часы для гигиенического воспитания учеников. Уроки гигиены проводят стоматолог, гигиенист или обученная ими медсестра школы. Беседа может быть проведена в классе, а контролируемая чистка зубов – возле умывальников при входе в столовую, или в стоматологическом кабинете, или в специально оборудованном кабинете профилактики. Для учеников младшей школы проводят несколько 15-20-минутных бесед, последовательно освещающих различные вопросы профилактики и мотивирующих детей к стоматологической самопомощи. На

практической части урока гигиены взрослый должен оценить качество щеток и паст, принесенных детьми из дома, мягко посоветовать замену (ни в коем случае не давать при этом повода для насмешек одноклассников над детьми, не имеющими хороших средств гигиены). Проводят окрашивание зубных отложений, их демонстрацию в зеркале и доброжелательное обсуждение. Предстоящие манипуляции «проходят» при помощи модели, затем приступают к чистке зубов. Взрослый наблюдает за работой каждого ребенка, поправляет движения, контролирует их количество. По истечении 2-3 мин чистки зубов и полоскания полости рта, проводят анализ качества проведенной чистки, выявляют и поощряют лучших» [16, с.10-30].

#### **1.4. Обучение детей 11-14лет и подростков**

«Обучение детей 11-14лет и подростков следует проводить в стоматологическом кабинете в присутствии их родителей, с указанием на конкретные субъективные и объективные гигиенические проблемы ребенка, требующие активного вмешательства взрослых. Родители должны помнить о том, что интересы подростка неустойчивы, ему необходимы постоянные психологическая поддержка и контроль. Перед началом обучения гигиене полости рта в условиях школы необходимо выяснить базовый уровень знаний и навыков аудитории по этому вопросу. Это можно сделать путем предварительного осмотра детей или с помощью анкетирования (см. Приложение 2). Анкеты могут быть более сложными, что позволяет точнее определить тематику и конкретное содержание бесед с той или иной группой. Практические уроки гигиены в школе лучше проводить в небольших однополых группах или в индивидуальном порядке, обсуждение неудач проводить с особенной осторожностью и искренней заинтересованностью не только в стоматологическом, но и в душевном благополучии ребенка. Обучение взрослых должно проводиться в строгом



соответствии с психологическими особенностями каждого пациента. Мотивация к уходу за полостью рта может быть проведена в ходе популяционной и групповой профилактической работы, практическое обучение – только в индивидуальном порядке. Наилучшие результаты дает контролируемая чистка зубов, так как она позволяет оценить и корректировать не только представления пациента о правилах (что обычно происходит в ходе обучения на модели), но вмешаться в его реальные манипуляции и дать возможность физически почувствовать разницу в направлении и силе прилагаемых усилий, усвоить нововведения на проприоцептивном уровне» [5, с.11-15].

### **1.5. Стоматологическое просвещение. Мотивация населения к поддержанию здоровья полости рта**

Стоматологическое просвещение населения является одним из основных компонентов любой программы профилактики и должно предшествовать и сопутствовать обучению гигиене полости рта.

«Стоматологическое просвещение – это предоставление населению любых познавательных возможностей для самооценки и выработки правил поведения и привычек, максимально исключающих факторы риска возникновения заболеваний и поддерживающих приемлемый уровень стоматологического здоровья. Стоматологическое здоровье зависит от общего состояния организма, поведения и привычек человека, а также особенностей окружающей среды. Специалисты должны выработать у населения убежденность в необходимости регулярного ухода за полостью рта с целью предупреждения кариеса зубов и болезней пародонта» [2, с.1].

К методам стоматологического просвещения относятся беседы, лекции, семинары, уроки здоровья, игры. Средства просвещения – это книги, брошюры, памятки, плакаты, газеты, журналы, видеофильмы, реклама на

радио и телевидении. Методы оценки эффективности просвещения могут быть субъективными (анкетирование населения) и объективными (изменение показателей стоматологического статуса).

Убедить пациента изменить свои привычки или приобрести новые - очень трудный и долгий процесс, связанный с врожденной боязнью перемен, которая присуща человеку. Этот процесс идет медленными, повторяющимися шагами и на первых стадиях обратим. Вначале проводят теоретические занятия, цель которых состоит в приобретении знаний, понимание их и выработка убеждения в необходимости их применения. Затем следуют практические занятия, на которых происходит выработка навыка выполнения какой-либо манипуляции, и только потом путем многократных упражнений навык превращается в привычку. Только в этом случае человек начинает все выполнять автоматически.

В стоматологическом просвещении детей и подростков должны участвовать, помимо врачей стоматологов, специалисты, в частности стоматологические гигиенисты, а также педиатры, психологи и педагоги. Однако на стоматологах лежит основная ответственность за стоматологическое просвещение, поскольку они должны разрабатывать все информационные материалы и обучать других специалистов.

«Главная задача стоматологического просвещения. Целесообразно начинать мотивацию с бесед с педагогами, медицинскими работниками детских учреждений и родителями. Родители должны уделять особое внимание гигиеническому уходу за полостью рта своих детей с момента прорезывания зубов. От понимания родителями степени своей ответственности зависит здоровье ребенка. Только тесное взаимодействие родителей с врачами гигиенистами и стоматологами делает возможным сохранение здоровой полости рта у детей раннего возраста. Гигиенист должен не менее 2 раз в год проводить занятия с родителями, рекомендуя им начинать чистку зубов у детей сразу после прорезывания первых молочных зубов»[7, с.9-12].

Важным этапом является мотивация детей. Занятия с детьми должны быть строго дифференцированными, в зависимости от их возраста: если с детьми младшего возраста лучше проводить занятия в форме игры, то со старшими нужно разговаривать так же, как со взрослыми.

Неотъемлемой частью стоматологического просвещения населения являются рекомендации, касающиеся питания, так как известна его роль в сохранении здоровья полости рта. Питание может влиять на твердые ткани зубов как в период их формирования, так и после прорезывания. Одним из главных условий формирования резистентных к кариесу зубов детей является полноценное в качественном и количественном отношении питание беременной женщины, включающее молочные продукты, минеральные вещества, витамины, овощи, фрукты.

Не меньшее значение в формировании резистентности зубных тканей имеет питание в первый год жизни ребенка, когда идут закладка и развитие постоянных зубов. Идеальным питательным продуктом для новорожденного является молоко матери. Недостатки искусственного вскармливания детей необходимо максимально устранять путем дополнительного введения в организм ребенка фруктовых соков, овощных пюре и других продуктов.

Для развития и поддержания здоровья минерализованных тканей (не только зубов, но и альвеолярной кости) необходимы кальций, фосфор, витамины группы В. Если эти вещества не поступают в организм ребенка в достаточном количестве, могут наблюдаться гипоминерализация зубов во время их формирования, а также задержка прорезывания.

Для современных условий характерны такие особенности питания, как преимущественное употребление мягкой пищи, содержащей большое количество легкоферментируемых углеводов, наряду с увеличением частоты приема пищи, что способствует возникновению и прогрессированию кариеса зубов у населения.

В рекомендациях по снижению кариесогенного потенциала питания следует подчеркивать:

- 1) необходимость уменьшения общего потребления сахаров;
- 2) пользу снижения частоты потребления сахаров;
- 3) значение уменьшения времени пребывания сахаров в полости рта;
- 4) важность замены легко метаболизируемых сахаров на неметаболизируемые (сахарозаменители).

Одним из путей повышения уровня самоочищения полости рта является прием твердой пищи (сырые овощи, твердые фрукты). Хорошая тренировка зубочелюстной системы происходит при употреблении твердой сухой пищи, требующей обильного слюноотделения и длительного пережевывания. Ее прием можно рекомендовать детям для воспитания у них привычки к жеванию, интенсификации роста и развития зубочелюстной системы. Желательно употребление овощей и фруктов после приема сладкой, липкой, мягкой пищи, а также в промежутках между основными приемами пищи.

Факторы питания играют большую роль в сохранении здоровья не только зубов, но и тканей пародонта, а также слизистой оболочки полости рта. Для нормального обновления эпителия в ротовой полости необходим белок. Кроме того, белками являются вещества, образующие в слюне механизмы защиты (лизоцим, пероксидаза слюны, лактоферрин, макрофаги и др.).

«Для того чтобы знания о правилах и режиме питания перешли в привычку, необходимо проведение санитарно-просветительной работы среди населения. Следует помнить, что привычки и традиции питания являются неотъемлемой частью всех привычек, которые способны сохранить здоровье человека» [13, с.4-5].

## **1.6. Пути совершенствования профилактики развития стоматологических заболеваний у детей**

Согласно классификации Всемирной организации здравоохранения (1977) профилактика подразделяется на первичную, вторичную и третичную [4, с.4].

Наиболее эффективной и перспективной в стоматологии является первичная профилактика. Именно она призвана охранять ненарушенное здоровье, предотвращать возникновение патологических изменений в полости рта. Данный вид профилактики носит как общеоздоровительный характер (улучшение условий жизни, укрепление здоровья, привитие навыков здорового образа жизни), так и строго целевое направление – предотвращение конкретной патологии, обнаружение и устранение факторов риска на основе знаний этиологии и патогенеза заболеваний[9, с.28-32].

Первичная профилактика – это система государственных, социальных, медицинских, гигиенических и воспитательных мер, направленных на предупреждение стоматологических заболеваний путем устранения причин и условий их возникновения, а также повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов[14, с.7-9]

Наиболее эффективными являются методы профилактики, воздействующие на причину заболевания. Принято считать, что если эффективность профилактики достигает 70-100% – то это этиологическая профилактика, если 40-50% - то это патогенетическая профилактика.

Анонимное анкетирование школьников 12 и 15 лет, беременных, молодых матерей и родителей школьников младших классов показало: 36% учащихся не соблюдают рекомендованный режим чистки зубов; 34% беременных не получили информацию от врача-стоматолога о мерах профилактики стоматологических заболеваний у детей; 80% молодых

родителей не привели ребенка до 1 года к врачу-стоматологу для профилактики стоматологических заболеваний.

«Основополагающим мероприятием, стоящим в центре всей работы по первичной профилактике основных стоматологических заболеваний, является здоровый образ жизни, представляющий собой позитивное взаимодействие социальных и медицинских мер».

### **1.7. Советы по сохранению здоровых зубов у детей**

Чтобы сохранить здоровыми зубы ваших детей на долгое время Вам стоит придерживаться некоторых правил. Стоит также регулярно показывать врачу своего ребенка, несколько раз в год, а при наличии каких-либо проблем – еще и чаще.

Вам необходимо следить за количеством съеденных ребенком сладостей. Следует ограничивать потребление сахара и ввести привычку полоскать рот после каждого приема пищи.

Нужно давать ребенку как можно больше сырых овощей и фруктов – это выработает в нем привычку интенсивного жевания, а в последствие и хорошо развитую челюстную мускулатуру [12, с.9-11]

Стоит обращать внимание на то, в каком количестве ребенок получает необходимые макро- и микроэлементы. Рекомендуется добавлять в пищу фторированную и йодированную соль.

В целях профилактики кариеса врач может назначить покрытие задних коренных зубов специальным прозрачным герметиком.

Ребенок должен понимать, что зубная щетка – это индивидуальный предмет гигиены, а это значит, что нельзя, чтобы ей пользовался кто-то еще, даже мама.

## ГЛАВА 2 ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТОВ

### 2.1. Результаты исследования

В ходе написания дипломной работы было проведено социологическое исследование посредством организации анкетирования 100 учащихся в возрасте от 6 до 18 лет (1-11 классы) муниципального бюджетного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 40 г. Белгорода». Респонденты указанного образовательного учреждения изначально прошли плановую санацию полости рта в поликлиниках, к которым они прикреплены.

Следует отметить, что перед осмотром с обследуемыми (респондентами) были проведены уроки осуществления индивидуальной гигиены полости рта, в ходе которых им были продемонстрированы методики чистки зубов и рассказано о средствах гигиены по уходу за полостью рта.

Контроль закрепления материала по результатам осуществления индивидуальной гигиены полости рта детьми был осуществлен посредством раздачи анкет и выбора ими вариантов ответов.

Для того, чтобы осуществить организацию урока индивидуальной гигиены полости рта для детей младшего школьного возраста была разработана игра (см. Приложение 3), а для среднего школьного возраста – в виде обучающей лекции (см. Приложение 4). Также, как и в общем случае, школьникам (респондентам) были выданы материалы для анкетирования с целью измерения остаточных знаний после изложения обучающего материала.

Соотношение пациентов (обследуемых) может быть представлено в следующем виде (см. рис. 1).

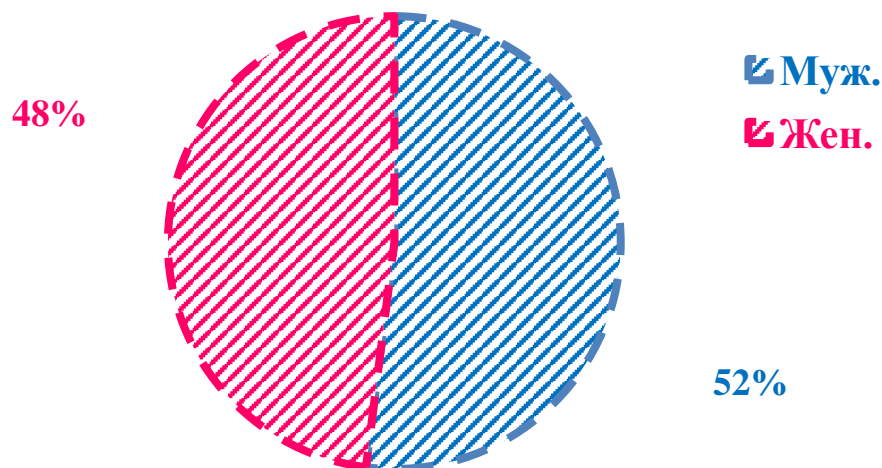


Рис. 1. Соотношение обучаемых детей по половому признаку

Так, соотношение детей, которые прошли обучение индивидуальной гигиене полости рта, имеет следующую раскладку: 52 мальчиков (52%) и 48 девочек (48%).

Градации учеников по классовому признаку можно увидеть в таблице 1, где представлено не только количественное, но и процентное распределение.

Таблица 1

Соотношение респондентов по полу (чел., % от всех респондентов)

Класс	Всего учеников	М		Ж	
		Чел	%	Чел	%
1-3	27	15	55,6	12	44,4
3-6	25	14	56,0	11	44,0
6-9	26	13	50,0	13	50,0
9-11	22	10	45,5	12	54,5
Всего:	100	50	52,0	48	48,0

Проведению уроков осуществления индивидуальной гигиены полости рта детьми различных возрастных категорий сопутствовало анкетирование с целью диагностики процентного закрепления изученного материала по обозначенной теме.



Анкетирование пациентов позволило провести диагностику закрепления знаний, полученных детьми, а также произвести распределение таковых результатов (ответов респондентов) по признаку принадлежности к классу (таблица 2).

Таблица 2

Уровень знаний у школьников разных классов о регулярности чистки зубов

Класс	Всего опрошиваемых		Да		Нет	
	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%
1-3	27	27,0	24	89,0	3	11,0
3-6	25	25,0	23	92,0	2	8,0
6-9	26	26,0	24	92,0	2	8,0
9-11	22	22,0	22	100,0	0	0,0
Всего	100	100,0	93	93,0	7	7,0

Исходя из выше изложенных результатов анкетирования, можно сделать вывод о том, 93% респондентов регулярно осуществляют индивидуальную гигиену полости рта, при этом: учащиеся 1-3 классов – 89%, 3-6 классы – 92%, 6-9 классы – 92%, 9-11 классы – 100%. Как видно из представленных цифр таблицы (результатов исследования), следует превалирование детей, регулярно проводящих процедуры, над теми, кто игнорирует необходимость осуществления гигиены полости рта. В связи с этим можно отметить, что 7% от общего количества респондентов не осуществляют процедуры индивидуальной гигиены полости рта регулярно.

Большая часть опрошенных школьников (83 %) чистят зубы два раза в день (с 1-3 класс – 74%, с 3-6 – 84%, с 6-9 класс – 85%, с 9-11 класс – 91%). Чистят зубы только один раз в день 15% школьников младших классов (из них с 1-3 класс – 22%, с 3-6 класс – 12%, 6-9 класс – 15%, 9-11 класс – 9%). Чистят зубы по необходимости только ученики с 1 и 6 классов и это всего 2% школьников (из них 1-3 класс - 4%, 3-6 класс – 4%) дети, обучающиеся в 6-9 и 9-11 классах, гигиену полости рта проводят регулярно. Результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3

## Уровень знаний школьников о кратности чистки зубов.

Класс	Всего опрошенных		1 раз в день		2 раз в день		0 раз в день	
	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%
1-3	27	27,0	6	22,0	20	74,0	1	4,0
3-6	25	25,0	3	12,0	21	84,0	1	4,0
6-9	26	26,0	4	15,0	22	85,0	0	0
9-11	22	22,2	2	9,0	20	91,0	0	0
Всего	100	100,0	15	15,0	83	83,0	2	2,0

Большинство проанкетированных школьников (77%) знают, что зубы необходимо чистить не менее двух минут. Среди 1-3 классов 62%, 3-6 классов 72%, 6-9 классов 88%, 9-11 классов- 86%. Лишь 10% школьников ответили, что чистят зубы 1 минуту (из них 1-3 класс- 22%, 3-6 класс-11%, 6-9 класс-0% и 9-11 класс-4%). Три минуты и более, зубы чистят только 8 % школьников (из них 1-3 класс-4%, 3-6 класс- 8%, 6-9 класс-11%, 9-11 класс-9%). Среди респондентов 5% школьников не знают, сколько времени необходимо для чистки зубов.

Таблица 4

## Уровень знаний школьников о количестве времени необходимого для чистки зубов

Класс	Всего опраш.		1 минута		2 минуты		3 минуты		Не знаю	
	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%	Кол-во, людей	%
1-3	27	27,0	6	22,0	17	62,0	1	4,0	3	11,0
3-6	25	25,0	3	11,0	18	72,0	2	8,0	2	8,0
6-9	26	26,0	0	0,0	23	88,0	3	11,0	0	0
9-11	22	22,0	1	4,0	19	86,0	2	9,0	0	0
Всего	100	100,0	10	10,0	77	77,0	8	8,0	5	5,0

В таблице 4 представлены результаты анкетирования о количестве времени, необходимого для чистки зубов.

Полезными продуктами 95% школьников назвали фрукты, овощи и молочные продукты; мясные продукты как полезные назвали только 30% школьников. Вредные продукты для зубов выбрали лишь 4% учеников.

Большая часть школьников (84%) ответили, что очищают поверхность языка, из них 1-3 класс- 78%, 3-6 класс-92%, 6-9 класс -81%, 9-11 класс - 86%. Не очищают поверхность язык 16% школьников, из них 1-3 класс- 22%, 3-6 класс- 8%, 6-9 класс-19%, 9-11 класс-14%.

Таблица 5

Уровень знаний школьников о необходимости очищать поверхность языка

Класс	Всего опрашиваемых		Да		Нет	
	Кол-во,чел	%	Кол-во,чел	%	Кол-во,чел	%
1-3	27	27,0	21	78,0	6	22,0
3-6	25	25,0	23	92,0	2	8,0
6-9	26	26,0	21	81,0	5	19,0
9-11	22	22,0	19	86,0	3	14,0
Всего	100	100,0	84	84,0	16	16,0

В таблице 5 представлены результаты ответов школьников о знании необходимости очищать поверхность языка.

На вопрос № 6 «Кто научил тебя чистить зубы?» больше половины школьников (58%) ответили – родители, из них 1-3 класс-78%, 3-6 класс-36%, 6-9 класс-61%, 9-11 класс-55%; 25% респондентов ответили – врач стоматолог (из них 1-3 класс-11%, 3-6 класс-36%, 6-9 класс-27% и 9-11 класс-27%). Сами научились чистить зубы 15%, из них 1-3 класс-11%, 3-6 класс-24%, 6-9 класс-11%, 9-11 класс-23%, лишь 2% учеников ответили, что их научил чистить зубы кто-то другой (например, сестра/ брат, бабушка/дедушка), из них 1-3 класс-0%, 3-6 класс- 4%, 6-9 класс-0%, 9-11 класс-5%. Результаты представлены в таблице 6.

Таблица 6

## Результаты анализа вопроса «Кто вас научил чистить зубы»

Класс	Всего опраш.		Родители		Врач гигиенист		Сам научился		Кто-то другой	
	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%
1-3	27	27,0	21	78,0	3	11,0	3	11,0	0	0
3-6	25	25,0	9	36,0	9	36,0	6	24,0	1	4,0
6-9	26	26,0	16	61,0	7	27,0	3	11,0	0	0
9-11	22	22,0	12	55,0	6	27,0	5	23,0	1	5,0
Всего:	100	100,0	58	58,0	25	25,0	15	15,0	2	2,0

На вопрос №7 «Выберите полезные продукты для зубов» школьники выбирали несколько вариантов ответов, большинство ответили(94%) – творог, из них 1-3 класс-89%, 3-6 класс-92%, 6-9 класс-100%, 9-11 класс-95%;

90% учеников ответили - сыр, из них 1-3 класс-85%, 3-6 класс-92%, 6-9 класс-92%, 9-11 класс-91%;

70% учеников ответили – молоко, из них 1-3 класс-59%, 3-6 класс-68%, 6-9 класс-77%, 9-11 класс-77%;

Лишь 45% ответили – мясо, из них 1-3 класс-44%, 3-6 класс-32%, 6-9 класс-38%, 9-11 класс-68%;

Один ученик (4%) из 2 класса ответил – печенье.

Варианты ответов конфеты, мармелад, чипсы никто не выбрал – 0%.

Результаты представлены в таблице 7.

Таблица 7

## Продукты полезны для зубов.

Класс	а		б		в		г		д		е		ж		з	
	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%
1-3	24	89,0	23	85,0	0	0	0	0	16	59,0	12	44,0	0	0	0	0
3-6	23	92,0	23	92,0	0	0	1	4,0	17	68,0	8	32,0	0	0	0	0
6-9	26	100,0	24	92,0	0	0	0	0	20	77,0	10	38,0	0	0	0	0
9-11	21	94,0	20	91,0	0	0	0	0	17	77,0	15	68,0	0	0	0	0
Всего:	94	94,0	90	90,0	0	0	1	4,0	70	70,0	45	45,0	0	0	0	0

Таблица 8

Ответы школьников на вопрос о том, как часто им меняют зубную щетку

Класс	Всего опраш.		1 раз в месяц или чаще		1 раз в три месяца		Не знаю	
	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%
1-3	27	27,0	3	11,0	18	67,0	6	22,0
3-6	25	25,0	4	16,0	16	64,0	5	20,0
6-9	26	26,0	2	7,0	21	81,0	3	11,0
9-11	22	22,0	1	5,0	17	77,0	4	18,0
Всего:	100	100,0	10	10,0	72	72,0	18	18,0

На вопрос «Как часто родители тебе меняют зубную щетку?» были получены следующие результаты: большая часть школьников (72%) дали ответ «Один раз в три месяца», из них 1-3 класс-67%, 3-6 класс-64%, 6-9 класс-81%, 9-11 клсс-77%.

10% учеников ответили, что им меняют зубную щетку один раз в месяц или чаще, из них 1-3 класс-11%, 3-6 класс-16%, 6-9 класс-7%, 9-11 класс-5%; 18% учеников ответили «Не знаю», из них 1-3 класс-22%, 3-6 класс-20%, 6-9 класс-11%, 9-11 класс-18%. Результаты представлены в таблице 8.

Таблица 9

Уровень выживаемости знаний школьников классов о регулярности посещения врача стоматолога.

Класс	Всего опраш.		1 раз в год		2 раза в год		Когда болит зуб	
	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%	Кол-во, чел	%
1-3	27	27,0	2	7,0	20	74,0	4	15,0
3-6	25	25,0	3	12,0	21	84,0	1	4,0
6-9	26	26,0	4	15,0	22	85,0	0	0
9-11	22	22,0	2	9,0	20	91,0	0	0
Всего:	100	100,0	11	11,0	84	84,0	5	5,0

В таблице 9 представлено, что большинство школьников (84%) знают о необходимости посещения врача стоматолога 2 раза в год, из них 1-3 класс-74%, 3-6 класс-84%, 6-9 класс-85%, 9-11 класс-91%; 11% учеников, ответили – 1 раз в год, из них 1-3 класс-7%, 3-6 класс-12%, 6-9 класс-15%, 9-11 класс-9%. Лишь 5% учеников считают, что обращаться к врачу стоматологу нужно,

когда болит зуб, из них 1-3 класс-15%, 3-6 класс-4%, ученики с 6 по 11 класс так не считают.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По данным ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения), 92% людей во всем мире чистят зубы неправильно, а это значит, что взрослые неправильно учат чистить зубы еще и своих детей. Только единицы обращают внимание, что детская, подростковая ротовая полость имеет существенные отличия от полости рта взрослого, а значит, и гигиена зубов тоже отличается.

Таким образом, в ходе проведенного исследования были сделаны следующие выводы:

1. Школьники прекрасно знают о том, что зубы надо чистить каждый день. Регулярность проведения занятий позволила школьникам 11 класса правильно ответить на вопрос анкеты в 100% (они четыре раза прослушали урок гигиены). Только 11% детей первого и второго класса не чистят зубы каждый день. Такие результаты говорят о высоком качестве проводимой профилактической работы гигиениста.

2. В среднем 83 % школьников чистят зубы 2 раза в день. Один раз в день чистят зубы 22% первоклассников и чистят зубы только по необходимости только 4 % детей.

3. Только 8% школьников ответили, что чистят зубы 3 минуты. Это могут быть дети, которые находятся на лечении у врача ортодонта. Не знают, сколько время надо тратить на гигиену полости рта только 5% детей

4. На основании полученных результатов мы видим, что 95% детей знают, какие продукты полезны для зубов, 30% школьников забывают о полезности мясных продуктов. Родители должны следить, чтобы рацион питания ребенка включал все необходимые витамины и микроэлементы, которые нужны, как зубам, так и всему организму в целом.

5. В работе «опыт гигиенического воспитания детей» по анкетированию, и 41% детей ответили, что не знают о необходимости очищать поверхность языка.

6. При проведении анкетирования, 84% школьников ответили, что очищают поверхность языка. Возникают сомнения, что ученики, отвечающие на вопрос «очищаешь ли ты поверхность языка при чистке зубов?» действительно это делают, скорее всего, они просто знают о необходимости очищать поверхность языка.

7. Большинство детей обучали гигиене полости рта родители. По данным анкет, профессиональное обучение гигиене полости рта прошли только 25% детей, их обучали гигиене полости рта врачи гигиенисты.

8. Школьники знают полезные продукты питания: на первое место дети поставили сыр, на второе место молоко, о пользе мяса знают 45% учеников. Конфеты, мармелад, чипсы дети назвали как вредные продукты.

9. Зубная щетка инфицируется и теряет очищающие свойства по мере изнашивания, поэтому ее необходимо своевременно менять. По результатам анкетирования 72% респондентов меняют зубную щетку один раз в три месяца.

10. 84% школьников знают, что необходимо посещать врача стоматолога 2 раза в год 5% детей считают, что обращаться к врачу нужно, когда появляется зубная боль, это можно объяснить страхом перед стоматологическими вмешательствами.

11. Учитывая то, что интенсивность основных стоматологических заболеваний у детей среди школьного возраста достаточно высока, огромное значение имеет проведение профилактических мероприятий в стоматологической кабинетах.

Таким образом, по результатам анкетирования можно судить о достаточно высоком уровне осведомленности детей разных классов, а также о высокой восприимчивости младших школьников к новой важной



информации особенно к той, которая преподнесена в наглядной и доступной для детей форме.

## ПРЕДЛОЖЕНИЯ

1. Производить обучение детей и взрослых индивидуальной гигиене полости рта, осуществлять подбор средств гигиены, а также проводить регулярные профилактические осмотры.
2. Выявлять дефекты прикуса, кариеса, заболевания слизистой полости рта, пародонтические проблемы и патологии роста зубов.
3. Определять индивидуальные «индексы гигиены» и выполнение чистки зубов.
4. Рекомендовать средства по уходу за ортодонтическими и ортопедическими конструкциями.
5. Анкетирование населения по вопросам здоровья полости рта.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Акулович, А. В. Сравнительное исследование отбеливающих зубных паст с умеренной абразивностью [Текст] / А. В. Акулович, О. Г. Акулович, Д. И. Горохова, Т. В. Купец // Молодой ученый. – 2016. – № 3. – С. 17-23.
2. Болотина, Е. В. Сравнительная оценка клинической эффективности и безопасности домашнего витального отбеливания зубов [Текст] / Е. В. Болотина, И. П. Павлов // Современная стоматология. – 2016. – № 5. – С. 27-30.
3. Вагнер, В. Д. Услуги и работы по стоматологии профилактической и их классификация [Текст] / В. Д. Вагнер, Л.П. Кисельникова // Институт стоматологии. – 2016. – №1. – С. 22-25.
4. Крихели, Н. И. Отбеливание зубов и микроабразия эмали в эстетической стоматологии. Современные методы [Текст] / Н. И. Крихели // Практическая медицина. – 2017. – №2. – С. 191-204.
5. Луцкая, И. К. Домашнее отбеливание зубов [Текст] / И. К. Луцкая, Н. В. Новак // Новое в стоматологии. – 2016. – № 3. – С. 10-14.
6. Мамедова, Л. А. Отбеливание зубов: пособие для врачей-стоматологов / Л. А. Мамедова, О. И. Ефимович, М. Н. Подойникова // Медицинская книга: Стоматология. – 2017. – № 6. – С. 77-78.
7. Максимовский, Ю. М. Да или нет отбеливанию зубов [Текст] / Ю. М. Максимовский, И. М. Макеева, Н. С. Жохова // Стоматология для всех. – 2016. – № 4. – С. 18-20.
8. Петрикас, О. А. Исправление цветовых и структурных дефектов зубов и зубных рядов [Текст] / О. А. Петрикас // Новое в стоматологии. – 2016. – №6. – С. 3-17.
9. Смоляр, Н. И. Перспективы применения методики коррекции измененных в цвете зубов препаратами на основе пероксида карбамида

[Текст] / Н. И. Смоляр, В. В. Кононенко, Э. В. Безвушко. // Современная стоматология. – 2016. – № 3. – С. 15-19.

10. Хоменко, Л. А. Современные средства экзогенной профилактики заболеваний полости рта [Текст] : учебн. пособие / Л. А. Хоменко, Н. В. Биденко, Е. И. Остапко, В. И. Шматко. – Курск : Книга Плюс, 2015. – 180 с.

11. Электронный журнал о стоматологии STARTSMILE [Электронный ресурс] : [официальный сайт / Стоматология STARTSMILE. – Режим доступа: <https://www.startsmile.ru/detskaya-stomatologiya/zubnye-pasty-dlya-detey.html>

12. Электронный журнал о стоматологии STARTSMILE [Электронный ресурс] : [официальный сайт / Стоматология STARTSMILE. – Режим доступа: <https://www.startsmile.ru/detskaya-stomatologiya/prorezyvanie-zubov/>.

13. Электронный журнал о стоматологии STARTSMILE [Электронный ресурс] : [официальный сайт / Стоматология STARTSMILE. – Режим доступа: <https://www.startsmile.ru/detskaya-stomatologiya/zuby-u-detey/>.

14. Электронный журнал о стоматологии STARTSMILE [Электронный ресурс] : [официальный сайт / Стоматология STARTSMILE. – Режим доступа: <https://www.startsmile.ru/detskaya-stomatologiya/zuby-u-detey/molochnye/>.

15. Алексеева, В. В. 20 вопросов детскому стоматологу: долгожданные ответы заботливым родителям [Текст] : метод. пособие / В. В. Алексеева. – Санкт-Петербург : ИД «Литера», 2011. – 360 с.

16. Улитовский, С. Б. Практическая гигиена полости рта [Текст] : метод. пособие / С. Б. Улитовский. Москва : Дашков и Ко, 2012. – 260 с.

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

*Ученики!*

Просим Вас принять участие в опросе на тему:

«Гигиена полости рта»

Анкета

Как тебя зовут: \_\_\_\_\_ Сколько тебе лет: \_\_\_\_\_

1. Ты чистишь зубы каждый день?

а) Да                      б) Нет

2. Сколько раз в день ты чистишь зубы?

а) 1                      б) 2                      в) 0

3. Сколько времени у тебя занимает чистка зубов?

а) 1 минуту              б) 2 минуты              в) 3 минуты и более              г) не знаю

4. Назови полезные продукты для зубов: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Очищаешь ли ты поверхность языка при чистке?

а) Да                      б) Нет

6. Кто научил тебя чистить зубы:

а) Родители              б) Врач стоматолог              в) Сам научился              г) Кто-то другой

7. Выберите полезные продукты для зубов:

а) Творог                      б) Сыр                      в) Конфеты

г) Печенье

д) Молоко                      е) Мясо                      ж) Мармелад                      з) Чипсы

8. Как часто родители тебе меняют зубную щетку:

а) Один раз в месяц или чаще              б) Один раз в три месяца              в) не знаю

9. Сколько раз в год надо посещать стоматолога:

а) Один раз              б) Каждые 6 месяцев (два раза в год)

г) Когда болит зуб

*Заранее благодарим Вас за участие!*

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Тема урока: «Основные правила гигиены полости рта»

Тип урока: Сообщение нового материала.

Форма: Деловая игра.

Цель урока: формирование у детей понятия о необходимости регулярного и правильного ухода за зубами, знакомство с основными правилами гигиены полости рта.

Задачи: 1. На основе практических заданий создать проблемную ситуацию на уроке, которая явилась бы условием принятия школьниками учебной задачи.

2. Развивать у учащихся рефлексивные действия в процессе учебной деятельности на уроке.

3. Формировать коммуникационные навыки.

4. Формировать у школьников мотивационную сферу гигиенического поведения.

Оборудование: информационные таблицы, карточки для индивидуальной и групповой работы, цветные карандаши, зеркальце, зубные щетки, салфетки, индикаторные таблетки, расческа, муляж зубов, стакан с водой, костюмы, макеты зубов 3-х цветов, письмо родителям, посылки с призами (зубные щетки).  
Ход урока

1. Организация класса на урок

Методика “ Настроение класса” (макеты зубов 3-х цветов: белый, жёлтый, чёрный). Гигиенист просит детей определить своё настроение на данный момент с помощью макетов зубов: белый – отличное, радостное; жёлтый – хорошее, спокойное; чёрный – грустное, тревожное. Своё “настроение” дети крепят на доску.

2. Сообщение темы и цели урока

Загадка: для них подарка лучше нет, чем тюбик пасты “Blend-a-mad” (Зубы).

Ребята, попробуйте определить тему нашего урока. (Высказывания детей)

Мы познакомимся с основными правилами гигиены полости рта и понятиями о необходимости регулярного и правильного ухода за зубами.

### 3. Сообщение нового материала

#### 3.1. Вступительное слово гигиениста (Рисунок “Статуя Улыбки”).

В одной недалёкой стране стояли два города. Они находились близко друг от друга. Это были маленькие города, но, вместе с тем, очень разные. Первый город назывался Зубоград. Дома в нём были чистые, белые, аккуратные и хорошо отремонтированные. Люди в нём всегда улыбались, потому что были счастливы. Они очень гордились своим городом. Им так нравилось улыбаться, что они установили статую Улыбки в своём городе.

#### 3.2. Беседа

У вас на столах фотографии людей, проживающих в этом городе.

– Глядя на них, что можно отметить? (Люди счастливы. Красивая улыбка. Здоровые, красивые, белые зубы и т.д.)

– Какое значение имеют зубы для человека?

Итак, мы познакомились с жителями замечательного г. Зубограда.

– Почему люди улыбаются друг другу?

– Зачем нужна улыбка?

Человеческая улыбка – оно из самых удивительных явлений в мире. Улыбка позволяет передать наши чувства.

#### Закрепление нового материала

Название другого города было Кариесбург. Дома там были ветхими и дырявыми. Дороги повсюду разбиты и везде было очень грязно и ужасно. В городе Кариесбурге жил злой народ, называемый Чудовищами из налёта. Они никогда не улыбались, потому что их зубы были в таком ужасном виде,



что больно об этом говорить. (Рисунок г.Кариесбург. Чёрный карандаш, рисунок схемы рта).

#### 4.1. Практическая работа № 1

– Перед вами рисунки, на них схематично изображён рот человека.

Закрасьте зубы чёрным карандашом.

– Что заметили? (Ответы детей)

Чудовища из налёта враждовали с жителями Зубограда и мечтали захватить их город. Удастся ли им осуществить свой замысел мы посмотрим.

Но для этого нам надо хорошо отдохнуть.

Физ. минутка.

(Упражнения, корректирующие осанку).

“Ёлочки”

(“Ели” – стоя на носках, руки вверх.

“Елки” – руки в стороны, ступни ног прижаты к полу.

“Елочки” – присесть, руки вперед.

Следить за спиной, спина прямая.)

Есть в лесу три полочки.

Ели-ёлки-елочки.

Лежат на елях небеса,

На ёлках – птичьи голоса,

Внизу на елочках – роса.

#### 4.2. Практическая работа № 2

– Но что же задумали Чудовища из налёта?

Мы сможем это выяснить, выполнив практическую работу. (Зеркало, салфетка, таблетка-индикатор, стакан с водой).

##### 4.2.1. Создание проблемной ситуации.

Практическая работа: выявление налёта с помощью пищевого красителя.

– Посмотрите в зеркало на зубки, что заметили? (зубной налёт окрасился в розовый цвет)

– Что же делать?

– Как помочь жителям Зубограда? (нужно почистить зубки)

4.2.2. Работа в группах (Расчёска, вата, зубная щётка)

– Как избавиться от налёта? (Образец с расчёской и ватой. Вата – это налёт.)

Дети решают эту проблему в группах и делают вывод

– Как избавиться от “налёта”? (Дети рассказывают и показывают на образце)

– Легко было это сделать?

– Почему? (Ответы детей)

– А как правильно чистить зубы?

4.2.3. Практическая работа: техника чистки зубов. (Муляж, зеркало, зубная щётка, стакан с водой, салфетка).

## Как правильно чистить зубы?



1. Хорошенько прополощи рот тёплой водой! Потом выдави порцию зубной пасты размером с горошину на свою зубную щётку.



2. Сначала чистишь **жевательную поверхность верхних зубов**, сильно, туда-сюда.



3. Потом точно так же чистишь **жевательную поверхность нижних зубов**.



4. Теперь соединяешь верхние и нижние зубы и чистишь **внешнюю сторону всех зубов справа!** Начиная с внешней стороны правых коренных и мелкими круговыми движениями продвигайся вперёд к середине.



5. Теперь — **внешнюю сторону всех зубов слева!** Поверни зубную щётку и продолжай чистить мелкими круговыми движениями до внешней стороны левых коренных зубов.



6. Теперь на очереди **внутренняя сторона всех верхних зубов.** Открой рот пошире и почисти каждый верхний зуб мелкими круговыми движениями.



7. Точно так же чистишь **внутреннюю сторону всех нижних зубов.** И язык — ведь на нём тоже сидят бактерии.

8. В конце ещё раз как следует прополощи рот тёплой водой. Промой зубную щётку водой из-под крана и поставь её головкой кверху в чистый стакан.



9. Теперь твои зубки просто блестят!

Рис. 2. Как правильно чистить зубы



Рис. 3. Календарь чистки зубов

### 4.2.4. Решение проблемы

До сих пор Чудовищам из налёта не удалось сделать г. Зубоград таким же безобразным, как и Кариесбург. И сегодня они замышляют новую попытку своего нападения. В г. Зубоград пробрался шпион под кличкой Мистер Кариес.

Пьеса “Меньше Кариеса”

Действующие лица: гигиенист, Саша – счастливый зуб, Маша , Мистер Кариес.

Саша:– Привет! Я Билли, счастливый зуб!

Гигиенист:– Почему ты так счастлив, Билли?

Саша:– Я только что вернулся от стоматолога. У меня нет кариеса.

Гигиенист:– Это хорошая новость. Как ты думаешь, почему у тебя такой хороший результат?

Саша:– Потому что я старался следовать правилам “большой пятерки”.

Гигиенист:– Что это за правило, ты нам не расскажешь?

Саша:– Конечно! Регулярно обращайтесь к стоматологу для проверки, в среднем каждые шесть месяцев. Стоматолог может обнаружить маленькие проблемы и помочь их разрешить, пока они не стали большими. Потом.... (Входит Маша – больной зуб. Мистер Кариес крадется).

Маша (Ест конфету):– О-о-о! Мне грустно! У меня зубная боль.

Саша:– Сьюзи, тебе нужно немедленно обратиться к стоматологу. Он поможет тебе избавиться от зубной боли.

Маша:– Ох! Как болит! Мне кажется, я должна пойти. Может быть, сделать это завтра? (Уходит вправо и продолжает есть конфету.)

Мистер Кариес:– А-га! Моя работа не закончена. Сьюзи – больной зуб, делает то, что мне нужно. Я многое смогу сделать, пока она ест конфеты каждые 30 минут.

Саша:– Послушай, Сьюзи! Хочешь, чтобы зубная боль прошла?

Маша:– О,да! Но как я смогу это сделать?

Мистер Кариес:– О, нет! Если Сьюзи послушает Билли, я пропал!

Саша:– Отлично! Во-первых, отправляйся к стоматологу и вылечи свой кариес! Затем часто чисти зубы хорошей зубной пастой с фтором. Каждый день чисти зубы флоссом. Самое важное – следи за тем, чтобы беспорядочно не употреблять сладости. Каждый день пей воду с необходимым количеством фтора или принимай таблетки с фтором.

Мистер Кариес: – Предатели! Я потерял ещё одного клиента!

## 5. Итог урока

5.1. Работа в группах (карточки со словами стихотворения беспорядочно лежат на столе)

– Ребята давайте сделаем вывод: с какими основными правилами гигиены полости рта мы познакомились. Для этого нужно составить стихотворение.

1 группа. Как поел, почисти зубки!

Делай так два раза в сутки.

2 группа. Предпочти конфетам фрукты,  
очень важные продукты.

3 группа. Чтобы зуб не беспокоил,  
помни правило такое:

4 группа. К стоматологу идём

В год два раза на приём.

5 группа. И тогда улыбки свет

Сохранились на много лет!

Молодцы! Вы помогли жителям славного г. Зубограда избавиться от Чудовищ из налёта.

## 5.2. Заключительная беседа

– Что нужно делать, чтобы зубы были здоровыми? ( Чистить не менее 2-х раз в день, пользоваться флоссом, посещать стоматолога не менее 2-х раз в год, меньше употреблять сладостей, пользоваться пастой с фтором).

5.3. Методика “Настроение класса” (макеты зубов 3-х цветов: белый, жёлтый, чёрный).

## 6. Домашнее задание

(Письмо родителям, зубные щётки, календарь чистки зубов).

1. Представьте себя художником на фабрике, где делают зубную пасту.

Придумайте и нарисуйте упаковку для новых сортов пасты.

2. Родителям передать письмо (Рисунок № 4).

3. Вручение призов: зубные щетки, календари чистки зубов.

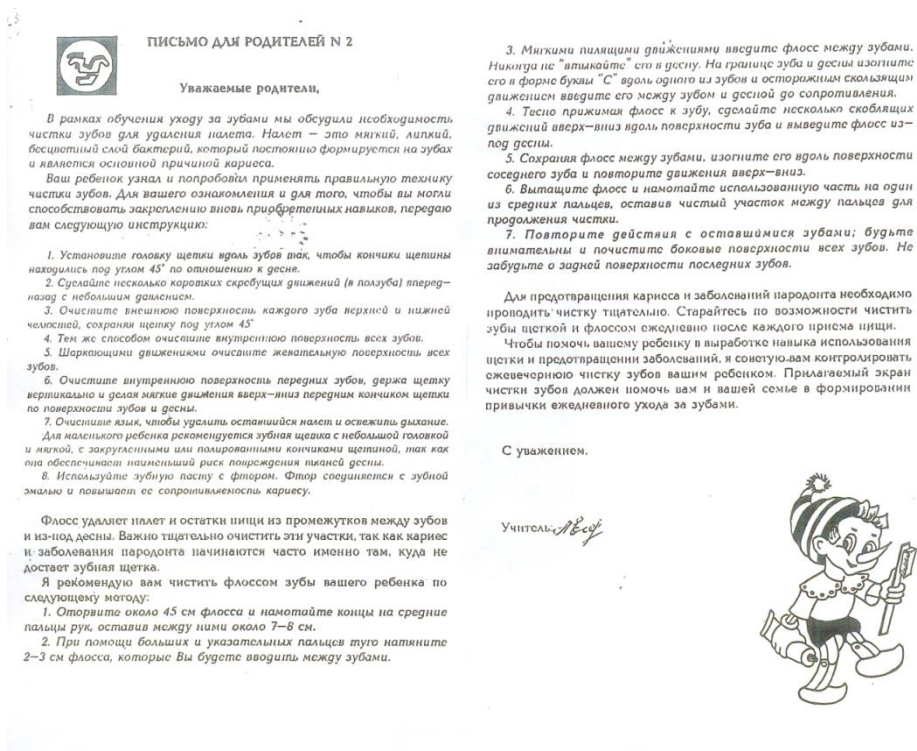


Рис. 4. Письмо для родителей

Тема урока: «Что такое правильная гигиена полости рта?»

При соблюдении правил гигиены полости рта рот выглядит здоровым, а дыхание – свежее и приятное. Это означает, что:

Зубы выглядят чистыми и свободными от зубного камня

Дёсны розовые, не болят и не кровоточат во время чистки зубной щёткой или зубной нитью

Неприятный запах изо рта не является постоянной проблемой

Если Ваши дёсны болят и кровоточат во время чистки зубной щёткой или зубной нитью, а изо рта исходит стойкий неприятный запах, обратитесь к гигиенисту. Эти симптомы могут быть признаком заболевания.

Гигиенист стоматологический помогут Вам освоить методы поддержания правильной гигиены полости рта и укажут на участки ротовой полости, требующие особого внимания во время чистки зубной щёткой и зубной нитью.

Каковы методы поддержания правильной гигиены полости рта

Самое необходимое условие для здоровья зубов и дёсен - это поддержание правильной гигиены полости рта. Здоровые зубы - это не просто составляющая привлекательной внешности и хорошего самочувствия. Это ещё и залог полноценного питания и разборчивой речи. От состояния полости рта во многом зависит здоровье Вашего организма в целом.

Ежедневная профилактика, в том числе правильная чистка зубов зубной щёткой и зубной нитью, позволяет предотвратить развитие заболеваний полости рта, и эти процедуры менее болезненные, дорогостоящие и проблемные, чем лечение поражений, которые могли бы быть остановлены на начальной стадии. Между регулярными визитами к стоматологу каждый из нас должен следовать простым рекомендациям, значительно уменьшающим риск развития кариеса, пародонтита и других заболеваний полости рта. К ним относятся:

Дважды в день чистите зубы зубной щёткой и ежедневно прочищайте межзубные пространства зубной нитью

Придерживайтесь сбалансированного режима питания, ограничивая промежуточные закуски между основными приёмами пищи

Используйте продукты для ухода за полостью рта с содержанием фтора, в том числе и фторсодержащую зубную пасту

Полощите рот фторосодержащими ополаскивателями, следуя рекомендациям Вашего стоматолога

Если Вы живёте в местности, где вода не фторируется, следите за тем, чтобы Ваш ребёнок в возрасте до 12 лет потреблял обогащённую фтором воду или пищевую добавку фтора.

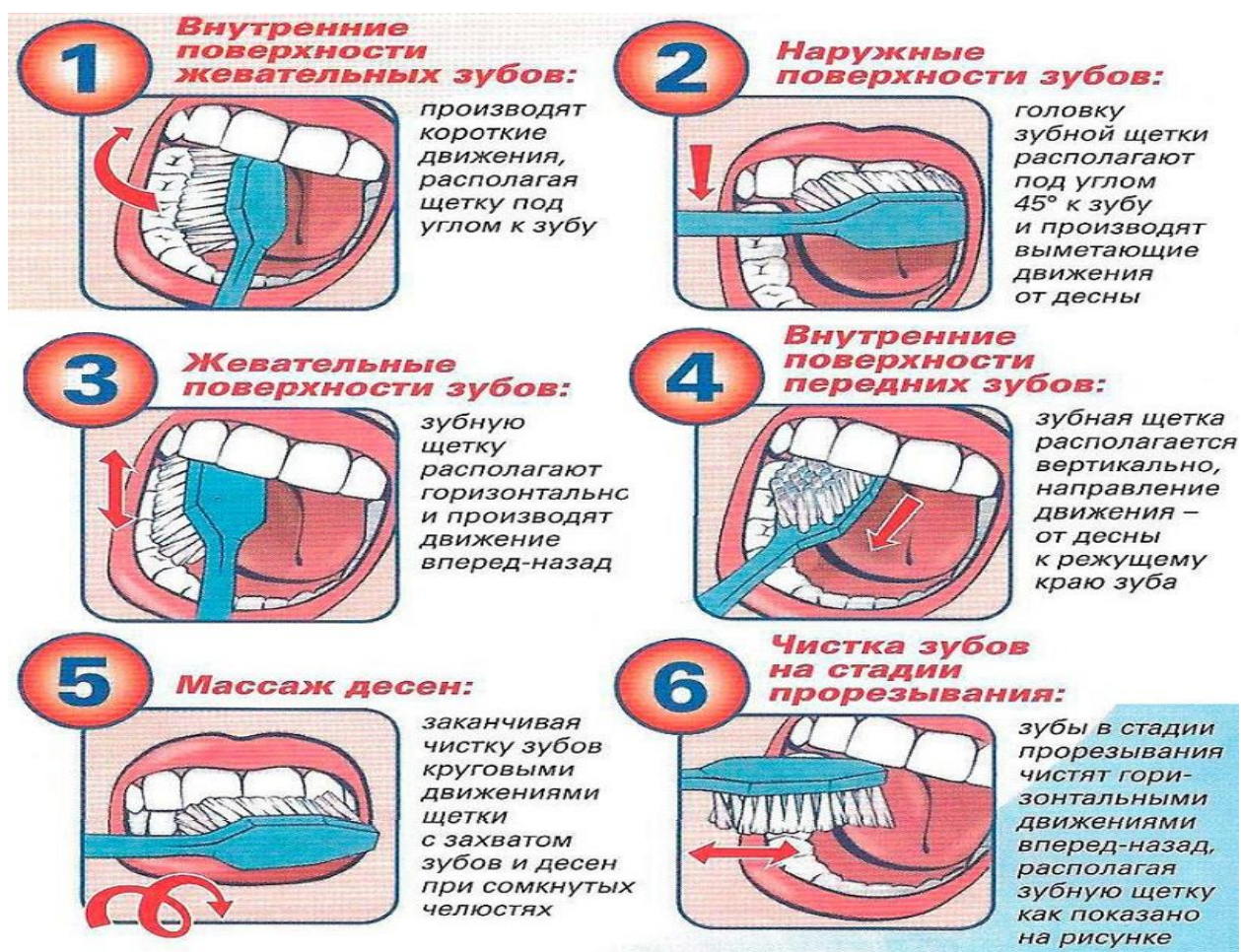


Рис. 5. Памятка как правильно чистить зубы, массаж десен