

Nem lehet elég korán kezdeni

Újonnan induló, havonta jelentkező rovatunkban szeretnénk útmutatást adni szájhygiénés és fogászati kérdésekkel kapcsolatban. Rendelőmben sokan sokféle kérdéssel fordultak már hozzám, amelyre adott válaszok úgy gondolom másoknak is érdekes és tanulságos lehet. Első cikkünkben a korai szájápolás fontosságáról lesz szó.

A fogápolást nem lehet elég korán kezdeni. Kisbabánk fogainak egészségére már akkor gondolnunk kell, amikor még csak a pocakban van. Fontos, hogy még a terhesség alatt a kismamák részt vegyenek a kötelező fogászati szűrővizsgálaton, és rendbe tetessék fogaikat. Hisz a szájüregben lévő lyukak baktériumokat tartalmaznak, mellyel később átfertőzhetik babájukat.

Az újszülöttek szája születéskor steril, nem tartalmaz kórokozókat. Az, hogy milyen baktériumok népesítik be a kicsi száját, leginkább a legtöbbet vele lévő anyától függ. Ha az anyukának lyukas fogai vannak, a baktériumflórát könnyen átadhatja akár a leeső cumi bekapásával is. Ezt sajnos gyakran látni: a földre pottyant cumit az anyuka a szájába kapja, lenyalja, majd a már „tisztá” cumit visszateszi gyermeke szájába. Ilyen esetekre jobb, ha tart magánál egyszer használatos fertőtlenítő kendőt vagy egy pótcumit. Ugyanígy fontos, hogy a babának saját kanala, pohara legyen. Gyakran előfordul persze, hogy megkóstoljuk az ételt mielőtt gyermekünknek adnánk, hogy nem túl meleg-e. Ilyenkor is helyesebb, ha külön kanállal tesszük azt. Figyeljünk rá, hogy a gyermeknek külön fogkefeje legyen és ne cserélje össze a testvérével.

Sokszor kérdezik, hogy mikortól kell tisztítani gyermekük fogait. A válasz: amint az első fogacska kibújt. Habár ekkor még a baba csak néhány hónapos, így sok szülő tart ettől a művelettől. Az első fogacskákat étkezés, szoptatás után a mutatóujjra tekert tiszta textiltörlőkendővel töröljük át. Figyeljünk a helyes irányra: függőlegesen az íny széle felől a fog éle felé.

Amikor már a baba nagyobb, és egyre több fogacska bújt elő, megvehetjük első fogkefejét. Ezek kisebb fejűek, így könnyen befér a szájukba. Az esti pancsolás részeként, játékosan mossuk meg a fogakat. Sose legyen kényszer! Hagyjuk, hadd próbálgassa magának, persze csakis felügyelet mellett. Majd ha a pici már „végzett”, jöhet a szülő. Így már kis kortól természetes lesz számára a fogak tisztítása.

A rágófelszín mellett ne feledkezzünk meg a homorú, nehezen tisztítható felületekről sem. Mindig az ínszéltől a fog éle felé haladva seperjük le a lepedéket. Tartózkodjunk a vízszintes mozdulatoktól. Fogkrémet csak akkor használjunk, ha a gyermek már tud öblíteni, és ki tudja azt köpni. Ez általában 2 éves kor után következik be. Ekkor már borsónyi mennyiségű fogkrémet tehetünk a fogkefére. Fontos, hogy gyereknek való fogkrémet vegyünk, ugyanis ezeknek alacsonyabb a fluorid tartalma. Így az esetlegesen lenyelt fogkrém sem fog bajt okozni.

A témával vagy egyéb fogászattal kapcsolatos kérdéseikkel forduljanak hozzám bizalommal az alábbi elérhetőségeken.

Dr. Szaniszló Boglárka fogorvos
Cím: 2360 Gyál Gárdonyi Géza u 67
Email: szanident@gmail.com
Web: www.szanident.atw.hu