

BURNOS IR DANTŲ HIGIENA



Sveika burnos ertmė užtikrina ne tik gyvenimo kokybę, bet ir apsaugo nuo kai kurių ligų, palaiko gerą sveikatą. Todėl kiekvienas turime skirti pakankamą dėmesį burnos higienai, subalansuotai mitybai, laiku gydyti dantų susirgimus.

Sena kaip pasaulis arabų patarlė teigia: „Mirtis ateina per burną...“ Juk nuo sugedusio danties infekcija gali pasklisti po visą organizmą. Vienos labiausiai paplitusių bakterijų – *Streptococcus mutans*. Šiems mikroorganizmams ypač jautrūs kūdikių ir vaikų dantys. Atlikti tyrimai rodo, kad dantų ėduonimi tikrai galima užsikrėsti nuo asmenų su „sukirmijusiais“ dantimis. Pavyzdžiui, ragaujant

tą patį maisto kąsnį, geriant iš tos pačios stiklinės.

Lietuvos statistika, rodanti dantų ėduonies paplitimą tarp vaikų, iš tiesų grėsminga. Kas antras trejų metų vaikas mūsų šalyje jau turi sugedusius dantis. 7-9 metų amžiaus grupėje net 86 proc. vaikų dantys pažeisti.

Spalio 16 d. mokykloje PRUG ir 1-4 kl. mokiniams sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos

priežiūrą mokykloje, Zinaida Arlauskienė organizavo susitikimą su burnos higienos specialiste. Susitikimo metu buvo kalbama apie tinkamą dantukų priežiūrą, apie priežiūrai naudojamą priemonę. Paskaitos metu vaikai buvo supažindinami, kaip dažniausiai užsikrečiama eduoonimi ir kokie išorės veiksniai įtakoja dantukų susirgimus. Buvo aptariama, kad dantukus geriausia valyti praėjus 30 min. po valgio, o dantų siūlas padeda pašalinti maisto likučius tarpdančiuose. Vaikai praktiškai atliko užduotį „Kaip valau savo dantukus?“ Vėliau vyko viktorina apie dantų priežiūrą, o laimėtojai buvo apdovanoti dovanėlėmis. Pabaigoje išsiaiškinome, jog sveikiems dantims svarbu ne tik jų priežiūra, bet taip pat labai svarbi ir tinkama mityba.

Zinaida Arlauskienė,

sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje