

# Dentální hygiena v dětském věku

## PREVENCE VZNIKU ZUBNÍHO KAZU:

**hygiena dutiny ústní, používání fluoridové pasty, omezení konzumace cukrů v potravě**

- 01** **Kojenecký věk (0-1 rok):** gumový prstový kartáček, dětský kartáček 0-3 roky, zubní pasta s obsahem 1000 ppm fluoridů- množství pasty je jako zrnko rýže. Zuby čistí rodiče krouživými pohyby se zubní pastou 2x denně.
- 13** **Batoletcí věk (1-3 roky):** dětský zubní kartáček + pasta s obsahem 1000 ppm fluoridů, množství pasty jako zrnko hrášku. Zuby čistí rodiče drobnými krouživými pohyby po všech zubních ploškách 2 x denně.
- 36** **Předškolní věk (3-6 let):** měkký zubní kartáček pro děti ve věku 3-6 let, zubní pasta s obsahem 1000 ppm fluoridů. Dítě zkouší čistit samo-krouživý pohyb kartáčku po zubech, poté kontrola a dočištění rodičem.
- 618** **Školní věk (6-18 let):** zubní kartáček přiměřený k věku, od 12 let kartáček pro dospělé – dítě čistí samo-krouživé, vibrační a stírací pohyby kartáčkem. Rodiče korigují na stírací pohyby (Stillmanova technika) nebo vibrační pohyby (Bassova technika) do 12 let věku, pak už by si dítě mělo umět vyčistit zuby samo. Hygienické pomůcky rozšiřujeme o jednosvazkový kartáček + mezizubní kartáček ev. mezizubní nit.

