

Ankstyvasis vaikų ėduonis

Kas tai?

Tai daugybinio dantų ėduonies rūšis, kuris dažniausiai pažeidžia 2-4 metų amžiaus vaikų dantis. Šis ėduonis apima viršutinio žandikaulio pieninius priekinius dantis, kartais – pieninius pirmuosius krūminius dantis ar net apatinio žandikaulio iltis.



Prevensija:

- Būtina sureguliuoti vaiko mitybos režimą ir laiku pradėti burnos higienos procedūras.
- Koreguojant vaiko mitybą, reikia atsisakyti naktinių maitinimų, neleisti vaikui užmigti su buteliuku saldaus gėrimo ar pieno.
- Geriau prieš miegą pasiūlyti buteliuką su virintu vandeniu.

Kaip atpažinti?

Iš pradžių atsiranda baltos matinės emalio dėmės, rodančios emalio demineralizaciją*, o tęsiant blogus mitybos ir higienos įpročius, baltos dėmės tampa ėduonies ertmėmis. Ėduoniui visiškai apjuosus dantį kaklelio srityje, šis lūžta ir lieka tik šaknis.



Kita įdomi informacija:

- Laktozė motinos piene tokia pat kenksminga dantims kaip ir karvės piene, jei jis nėra nuvalomas ir užsilaiko ant dantų paviršiaus.
- Jei vaikas nuolat girdomas angliavandenių gausiais skysčiais, sudaromos palankios sąlygos mikroorganizmams daugintis. Todėl greitas ir didelis danties audinių suirimas siejamas su staigiu mikroorganizmų skaičiaus padidėjimu.
- Žindant užkertamas kelias normaliam seilių patekimui į burną (pablogėja savaiminis dantų apšvalymas).
- Kūdikio lūpų raumenys dar nepakankamai stiprūs, kad padengtų dantis, todėl seilės nuo viršutinių kandžių išgaruoja ir dantys lieka sausi.
- Pieniniai dantys, ypač po išdygimo, dar nevisiškai mineralizuoti, jų emalis santykinai minkštesnis nei nuolatinių dantų.

Kodėl atsiranda?

Pasireiškia vaikams, ilgai maitinamiems krūtimi ar iš buteliuko, taip pat maitinamiems naktimis, kuomet neišvalomi vaiko dantys (miegant sumažėja seilėtekis, tuo pačiu ir savaiminis burnos apšvalymas). Kenksmingai veikia čiuļptukai, suvilgyti medumi, cukrumi ar sirupu, saldintų gėrimų vartojimas naktimis.



*Demineralizacija- mineralinių medžiagų pašalinimas iš danties emalio jonų pavidalu, kitaip tarant, emalio tirpimas.



REKOMENDACIJOS TĖVAMS / GLOBĖJAMS

- Dantis rekomenduojama valyti **rytais** ir **vakarais**;
- Svarbu valyti dantis ne trumpiau nei **2 minutes**;
- Naudokite **minkštų** šerelių šepetėlį ir pastą su **fluoru**;
- Vaikų dantų valymo įgudžiai formuojami **iki 12 metų**.
Rekomenduojama dantų valymą atlikti **kartu su vaikais**.

- Vaikams patariama suvartoti ne daugiau kaip **21 g** cukraus per dieną;
- Dažniau vartoti traškias daržoves, vaisius, sūrį, riešutus ir sėklas;
- Maisto produktai, limpantys prie dantų paviršiaus, yra kenksmingi.



DANTŲ PAVIRŠIŲ VALYKITE 5 KARTUS



DANTŲ VIDINĘ PUSĘ ŠLUOJAMAJAIS JUDESIAIS
VALYKITE 5 KARTUS

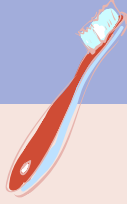


KANDAMŪJŲ DANTŲ PAVIRŠIŲ
ŠLUOJAMAJAIS JUDESIAIS
VALYKITE 10 KARTŲ



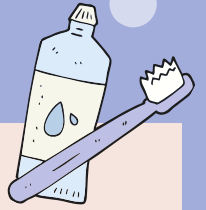
Kaip išsirinkti tinkamą dantų pastą?

IKI 3 METŲ



Jeigu visi dantys sveiki -
500ppm fluoridų
Jeigu jau yra éduonies pažeistų
dantų, rekomenduojama pasta,
kurioje yra 1000ppm fluoridų.
Dantų pasta tik suvilgyti dantų
šepetėlio šerelių galiukus.

3-6 METŲ



Jeigu visi dantys sveiki pasta,
kurioje 1000ppm fluoridų.
Jeigu yra éduonies pažeistų
dantų - 1450ppm fluoridų.
Dantų pastos ant šepetėlio
kiekis - žirnio dydžio.

Vyresni nei 6 metų



Jeigu visi dantys sveiki
pasta, kurioje 1000ppm
fluoridų.
Jeigu yra éduonies pažeistų
dantų - 1450ppm fluoridų.
Pastos kiekis ant šepetėlio
- 1-2cm.

Išvalius dantis vaikas
turi išspjauti dantų
pastos likučius, burną
išskalauti nedideliu
kiekiu vandens.



Vakare prieš miegą
išvalius dantis
nevalgyti ir negerti,
išskyrus vandenį.



VITAMINAI BEI MINERALAI NAUDINGI DANTIMS



Šis vitaminas svarbus dantenų būklei, seilių gamybai ir dantų emaliui. Emalyje yra keratino, kuris formavimuisi naudoja vitaminą A. Randamas – kepenyse, žuvies kepenėlių taukuose, kiaušinio trynyje, lašišose, batatuose, žaliose lapinėse salotose bei morkose.

A



Vitaminas reikalingas dantenoms, taip pat stiprina kraujagysles. Esant trūkumui, kraujuoja dantenų. Randamas citrusiniuose vaisiuose, kiviuose, uogose, žalialapėse daržovėse.

C



Šis vitaminas svarbus kalcio apykaitai – skatina jo rezorbciją (įsisavinimą), dalyvauja apykaitoje bei saugojime. Vitamino D yra riebiose žuvyse, piene, kepenyse, kiaušiniuose, tačiau daugiausia vitamino D gaunama saulės spinduliams veikiant odoje esančias medžiagas.

D



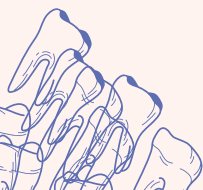
Fosforas – saugo ir padeda atkurti dantų emalį. Randamas baltyminiame maiste: mėsoje, paukštienoje, žuvyse, kiaušiniuose ir riešutuose.

P



Kalcis yra vienas svarbiausių mineralų, reikalingų dantims. Randamas piene ir pieno produktuose, migdoluose, žaliosiose daržovėse.

Ca



MITAI APIE PIENINIUS DANTIS



Pieniniai dantys nėra svarbus

Pieniniai dantys yra svarbūs, kadangi palaiko vietą nuolatiniams dantims. Pirma laiko netekus pieninių dantų nuolatiniai dantys gali išdygti susigrūdę ar palinkę, dėl ko ateityje gali prireikti ortodontinių aparatų.

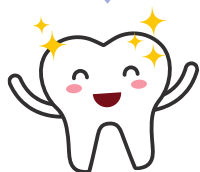
Lankytis pas gydytoją odontologą nėra privaloma

Apsilankymas pas odontologą turėtų įvykti vos išdygus pirmajam pieniniam dantukui. Vizito metu gydytojas įvertins, ar dantys dygsta taisyklingai. Be to, reguliarius vizitai padės išvengti odontologų baimės ateityje.



Pieniniai dantys nereikalauja reguliaraus valymo

Tėvams rekomenduojama pradėti vaikams valyti dantis vos išdygus pirmajam dantukui. Tai ne tik svarbiausia edukacinė profilaktikos priemonė, bet ir puikus būdas suformuoti vaikui taisyklingus burnos ertmės priežiūros įpročius. Vaikui paaugus, tėvams rekomenduojama padėti išsivalyti dantis arba tikrinti išsivalymo kokybę.



MITAI APIE PIENINIUS DANTIS



Tarpdančių valyti nereikia



Nevalomi tarpdančiai didina ėduonies atsiradimo riziką. Vien šepetėliu nėra įmanoma pasiekti visų danties paviršių, neišvalyti paviršiai yra lengviau pažeidžiami ėduonies.

Jeigu išdygęs nuolatinis dantis yra tamsesnis, tai problema

Pieniniai dantys yra fiziologiškai baltesni už nuolatinius, todėl jeigu naujai išdygę nuolatiniai dantys lyginant su pieniniais atrodo tamsesni, nerimauti nereikėtų.

Pieninių dantų ėduonis yra neišvengiamas



Beveik 100 proc. ėduonies atvejų galima išvengti. Vyrauja nuomonė, kad vaikams ėduonis išsivysto dėl genetinio polinkio. Tiesa slypi tame, jog didžiausia įtaką ėduonies išsivystymui turi gyvenimo būdas (suvartojamo cukraus kiekis ir burnos higiena). Ugdydami vaikams taisyklingus burnos priežiūros įpročius bei ribodami suvartojamo cukraus kiekį, galite jiems padėti išvengti dantų pažeidimų.