

Проект "Что мы знаем о зубах"

Если у человека красивые белые зубы, то на него приятно смотреть, с ним хочется общаться. Красивая улыбка не только привлекает внимание, помогает в общении, но и говорит о том, что у вас здоровые, крепкие зубы. Когда люди жили в пещерах, у них не было зубных щеток, но они все равно ухаживали за зубами, вытаскивали кусочки мяса маленькими палочками с острыми концами. Красивые и здоровые зубы - мечта каждого.

Больные зубы не угрожают жизни. Однако их лечение - хлопотное дело, да и стоит дорого.

Стоматологические заболевания чаще всего начинаются ещё в детстве. Затем неуклонно прогрессируют и со временем приводят к необратимому поражению зубов, боли и дискомфорту. Если процесс не остановить, зуб разрушается окончательно.

Строение зуба

Изучив разную литературу, я узнала, что у каждого человека есть 32 помощника – зубы. Они измельчают пищу, помогают её лучше усвоить. А ещё зубы помогают в произношении некоторых звуков. Но, чтобы зубы исправно работали за ними надо ухаживать.

Зуб состоит из **3 основных частей**:

1. Коронка – часть зуба, которая видна во рту.
2. Шейка – часть зуба, которая располагается между коронкой и корнем.
3. Корень - часть зуба, расположенный в челюсти.

Снаружи коронка зуба покрыта блестящей твёрдой эмалью. Она защищает зуб от повреждений. Внутри зуба имеется полость, в которой находятся кровеносные сосуды и нервы (пульпа). Через кровеносные сосуды питательные вещества поступают в зуб.

Как растут зубы

Зубки бывают молочные и постоянные. Когда ребёнок рождается, у него нет зубов. Первые зубки начинают появляться к 4 месяцам. К 2 годам у ребёнка 20 зубов. У животных зубы заменяются всю жизнь. Как только зубы изнашиваются и выпадают, на их месте сразу вырастают другие. А у человека только один раз происходит замена зубов. Начиная с 6 лет, у детей начинают сменяться зубы: молочные постепенно выпадают, а вместо них вырастают постоянные, которые будут служить всю жизнь. Если человек потеряет постоянный зуб, то новый не его месте уже не вырастет.

Болезни зубов

Зубной налет – липкая пленка, состоящая из бактерий и остатков пищи. Бактерии вырабатывают кислоту, разрушающую зубы. Это является причиной болезни десен (гингивит) и зубов (кариес).

Кариес – это заболевание твердых тканей зуба, при котором происходит разрушение его эмали и внутренних зубных тканей. В результате образуется дефект («дырка») в тканях зуба. Это сложный, медленно текущий и медленно развивающийся, патологический процесс, возникающий в результате комплексного взаимодействия неблагоприятных факторов.

Гингивит – это воспаление десны, сопровождаемое отеком, покраснением и кровоточивостью. Как правило, возникает из-за скопления микробного налёта на зубах, в результате несоблюдения гигиены полости рта.

Уход за зубами

Нам с раннего детства известно, что зубы надо чистить. Но зачем?

Между зубов постоянно находятся остатки пищи и если их вовремя не убрать, то они начнут гнить. В гниющих остатках пищи очень много микробов. Эти микроорганизмы живут в зубном налете. Они питаются мельчайшими остатками пищи, налипшими на зубы, выделяя кислоту как результат своей жизнедеятельности. Эта кислота сначала разрушается эмаль зуба, затем начинается разрушение внутренних зубных тканей. Болезнетворные микроорганизмы опасны и для десен и зубов, из-за этого зубы начинают разрушаться и болеть: в них развивается кариес.

Зачем нужна зубная паста?

У наших зубов есть **три основных врага**.

Первый – это налет, в котором живут и плодятся микроорганизмы, которые результатами своей жизнедеятельности и разрушают зубы.

Второй враг – сахар, который не только является хорошей пищей для микроорганизмов, но еще и помогает зубному налету крепче «приклеиваться» к нашим зубам.

Третий – недостаток фтора, что является основной причиной возникновения кариеса.

Основным назначением зубных паст являются:

1. Очищение поверхности зубов, десен; межзубных промежутков от остатков пищи и зубного налета;
3. Лечебно-профилактическое воздействие на твердые ткани зубов и слизистую оболочку полости рта.

Состав зубной пасты

Очищающее действие зубных паст необходимо для устранения из полости рта пищевых остатков, микробов и зубного налета.

Зубная паста должна содержать фтор, кальций и фосфор. Известно, что фтор предотвращает развитие кариеса. Пасты, содержащие фтор или фторид, теперь рекомендуется использовать не только детям, но и взрослым, так как фторид укрепляет зубы и уменьшает риск возникновения кариеса.

Однако стоит отметить, что многие соединения фтора токсичны, поэтому их содержание в зубной пасте строго ограничено. Оптимальным для профилактики кариеса и допустимым для бытового использования считается 150 мг/100 г в пастах для взрослых и 50 мг/100 г - для детей.

Зубная паста не должна содержать сахар, так как он вреден для зубов. Поэтому в современные зубные пасты добавляют ксилит — заменитель сахара, который препятствует развитию микроорганизмов.

Вывод

Выполняя эту работу, мы узнали строение зубов, как они растут, почему они болят.

Мы выяснили, что правильный и регулярный уход за полостью рта — это залог здоровых зубов.

Гигиена полости рта включает в себя ежедневную чистку зубов и является средством предупреждения кариеса зубов, гингивита и других стоматологических заболеваний.

С помощью эксперимента я выяснила, что паста влияет на укрепление зубной эмали.

Использованная литература:

1. Сайты:

а) Состав зубной пасты: <http://health.wild->

б) Зубы человека: <https://ru.wikipedia.org>



