

# VODIČ ZA RODITELJE



# NICANJE ZUBIĆA

- Prvi zubići najčešće krenu nicati između petog i sedmog mjeseca djetetovog života, međutim, mogu se pojaviti i ranije, ali i kasnije, čak i do dvanaestog mjeseca.



- Prvi zubići koji se pojavljuju u djetetovim ustima donji su sjekutići, zatim se pojavljuju gornji sjekutići (jedinice i dvojke). Nakon toga pojavljuju se donje pa gornje četvorke, a zatim mliječne trojke. Zadnji mliječni zubi koji izbijaju su mliječne petice. Mliječni zubići su maleni i bijeli te je potpuno normalno ako ima puno prostora između njih.



- Nicanje mliječnih zubi može proći potpuno neopaženo i bez ikakvih tegoba, no nije rijetko da dijete za vrijeme nicanja zubića ima simptome poput razdražljivosti, nemira, lošeg spavanja i smanjenog apetita radi čega dolazi do pada imuniteta te dijete često zna u periodu kada mu rastu zubići dobiti nekakvu virozu zbog koje će imati i blagu temperaturu.



- Dijete u tom periodu ima potrebu ruke i igračke gurati u usta kako bi si olakšalo simptome. Normalna je pojava crvenila ili otekline na mjestu gdje niče zub. Ovo može potrajati i nekoliko tjedana. Zbog pojačanog slinjenja i stavljanja predmeta u usta učestala je pojava crvenila i osipa oko usta.
- Postoje preparati na tržištu koji su namijenjeni za sluznicu djece kojoj niču zubi no djeluju vrlo kratko te im je djelovanje vrlo slabo. Ono što djeci može malo olakšati nelagodu je da se gumene igračke koje dijete žvače drže u hladnjaku te da se djeci daje hrana koja je svježija i koju treba žvakati (npr. hladno voće).




- Period nicanja prvih zubića roditeljima zna zadavati brige i glavobolje. Bitno je napomenuti da za prvi posjet stomatologu nikada nije prerano! U Stomatološkoj poliklinici Apolonija vjerujemo u ranu edukaciju roditelja i privikavanje djece na okolinu stomatološke ordinacije i stomatološko osoblje. S povjerenjem nam se obratite kako bi Vaše dijete od prvog zubića razvilo zdrave navike i izbjeglo strah od zubara.



# PRVI POSJET STOMATOLOGU

- Prvi posjet stomatologu je često stresan i za roditelje i za djecu, odgađa se, a djeca u stomatološku ustanovu dolaze s već prisutnim problemima.





Važno je zapamtiti kako briga za zube počinje s nicanjem prvih mliječnih zuba, što su centralni sjekutići u donjoj čeljusti, a prvi posjet stomatologu trebao bi se napraviti oko prve godine života. Dijete u velikom broju slučajeva u tom razdoblju još neće razviti stomatološke probleme, već je cilj prvog susreta privikavanje i upoznavanje stomatološkog stolca i samog doktora.

Također, roditelji od stomatologa mogu dobiti savjete za održavanje higijene zuba i usne šupljine svoga djeteta, upute za pravilnu prehranu te savjete za kontrolu djetetovih navika kao što su sisanje, upotreba dude varalice, itd... Na taj način se preveniraju pogreške roditelja koje mogu dovesti do neusklađenog rasta djetetovog lica, razvoja ortodontskih anomalija te preranog gubitka mliječnih, ali i prvih trajnih zubi.



- Najgori i nažalost nerijetki scenarij je da dijete na prvi pregled dolazi bolno, otečeno, razdražljivo i uplašeno. Tada prvi posjet osim upoznavanja i prilagodbe mora biti i sanacija zuba koji je uzrok upale i boli. Dijete tada, unatoč svim naporima stomatologa, često stomatološki stolac povezuje s neugodom i boli i tad se prvi put javlja strah koji ostaje i u odrasloj dobi.



## PRIPREMA ZA PRVI PREGLED

- Svaki roditelj treba dijete pripremiti za prvi stomatoški pregled. Ako je prisutan strah kod roditelja, on se ne smije prikazivati pred djetetom, a isto tako se u smislu i besmislu odgojnih metoda ne smije izreći rečenica "ako me ne budeš slušao ići ćeš stomatologu", što se nažalost nerijetko čuje. U pripremi djeteta za pregled treba biti što realniji, ne preuveličavati, ne plašiti, ali ne i previše uljepšavati, dijete mora znati što očekivati. Odlazak stomatologu treba doživljavati kao neophodno, ali nikako traumatično iskustvo.



U Stomatološkoj poliklinici Apolonija trudimo se da djetetov prvi posjet stomatologu u svim okolnostima bude ugodno, zanimljivo i poučno iskustvo. U ponudi postoji program privikavanja male djece i djece koja su prethodno traumatizirana. Djeci se pristupa individualno s ciljem što bolje suradnje i naposljetku rješavanja problema. Pozitivno ponašanje i napredak redovito se nagrađuju.

# MLIJEČNI ZUBI

- Mliječni zubi u ustima se nalaze samo par godina i uloga im je da čuvaju mjesto svojim trajnim nasljednicima. Zbog činjenice da će mliječni zubi ispasti mnogi roditelji su mišljenja kako "nema veze ako se pokvare" te da se oni "ne trebaju popravljati". Ovo je jedna od velikih greški koje kasnije uzrokuju velike probleme od toga da dijete ima bolove i upale uzrokovane zubima, razvije strah od zubara do toga da pokvareni mliječni zubi ne mogu adekvatno sačuvati mjesta za svoje trajne nasljednike.



- Pokvareni i destruirani mliječni zubi čest su uzrok ortodontskih problema s trajnim zubima koji onda zahtijevaju ortodontsku terapiju.
- O mliječnim zubićima također se treba voditi briga, mliječni zubi su idealna prilika da dijete usvoji navike pranja zubi prije nego dobije trajne zube te da se privikne na redovite odlaske stomatologu.
- Ukoliko se pokvare, mliječne zube treba što prije popraviti kako bi se izbjeglo da trajni zubi krenu nicati u usnu šupljinu koja je prepuna bakterija koje uzrokuju karijes.



# HIGIJENA MLIJEČNIH ZUBIĆA

- Mliječne zube treba prati dva puta dnevno s malim četkicama prilagođenim djeci i pastom bez fluora. Djeci treba pomoći u pranju dok su još mala i ne mogu sama dobro oprati zubiće. Kada mogu sama prati zube svaki put ih treba prekontrolirati i nagraditi te pohvaliti ako su dobro oprali.
- Dijete može početi posjećivati stomatologa već nakon nicanja prvih zubića kako bi se što prije upoznao i navikao na stomatološku ordinaciju i stomatologa te izbjegao strah pri prvim popravcima. Stomatološka poliklinika Apolonija ima dugogodišnje iskustvo i stručnost u radu sa djecom te osoblje puno strpljenja i razumijevanja, kako za najmanje pacijente, tako i za one veće.



# TRAJNI ZUBI

- Trajni zubi počinju nicati u 6. godini života i to su u pravilu trajni kutnjaci (šestice). Kada izrastaju caklina trajnih zuba još je slaba i nemineralizirana i zubi se lako kvare. Ovo je vrijeme kada se u higijenu počinje uvoditi fluor kako bi se caklina kvalitetno mineralizirala, a posjeti stomatologu postaju još bitniji.



- PASTE I GELovi s fluorom predstavljaju najbolju obranu protiv karijesa pogotovo u razdoblju kada se trajni zubi završno mineraliziraju, a to je u djece neposredno nakon iznicanja zuba.



- Paste s fluorom nemaju dokazani učinak na mliječne zube tako da njihova primjena u djece mlađe od 6 god nema svrhu. Količina paste dovoljna za pranje zubi je otprilike kao zrno graška. Svakodnevnim pranjem zubi s pastama s fluorom uspješno smanjujemo rizik za karijes no četkanje ipak treba biti vrlo detaljno, bez obzira na to kakva pasta se koristi, a odlasci stomatologu na kontrolu redoviti, minimalno jednom u 6 mjeseci.





## PRVI POSJET ORTODONTU

- Početak izrastanja trajnih zubi idealno je vrijeme za prvi posjet ortodontu. Ortodont će procijeniti potrebu za ranim intervencijama i uz pomoć ortodontske dijagnostike dijagnosticirati potencijalne anomalije i odrediti potrebnu terapiju. Terapija može biti interceptivna – da usmjerava rast i razvoj i sprečava razvoj anomalija i zbog toga nije potrebno čekati da izrastu svi zubi kako bi posjetili ortodonta.



# VRSTE ORTODONTSKE TERAPIJE U DJECE

- Terapija mobilnim aparatom
- Terapija fiksnim aparatom
- Invisalign

