

## Прорезывание зубов

Лин Дэй

*Что, почему, как, когда и где? Ответы на наиболее часто задаваемые вопросы*

### **Почему у ребенка текут слюни?**

Обычно у детей текут слюни из-за незрелого глотательного рефлекса и неустоявшихся движений языка. Некоторые считают, что, если у ребенка начинают течь слюни, то это говорит о начале прорезывания зубов. Но действительно уверенным в том, что у ребенка режутся зубы можно быть только, когда вы их увидите или почувствуете через десну.

### **Можно ли считать жевание признаком прорезывания зубов?**

Младенцы могут жевать деснами еще до того, как у них прорежутся зубы. Но настоящая способность жевать появляется после того, как прорежутся зубы-моляры, между 10 и 16 месяцами. До момента появления первых зубов ребенок может тянуть в рот все подряд.

### **По каким признакам можно понять, что у ребенка режутся зубы?**

Перед появлением первого зуба могут краснеть и опухать десна. Это временно, обычно боль проходит через несколько дней. Во время прорезывания зубов ребенок может чаще просыпаться по ночам, вести себя беспокойно днем, чаще сосать палец, дергать себя за уши, у него может усиливаться слюноотделение, он может начать капризничать, могут покраснеть щеки. Возможна потеря аппетита. Тем не менее, все эти симптомы могут

быть связаны с бактериальной инфекцией, которая могла возникнуть из-за использования колец для прорезывания зубов и других предметов, которые малыш любит тянуть в рот.

Если у ребенка температура, проконсультируйтесь с педиатром.

### **Какие зубы появляются первыми?**

Зачатки зубов формируются еще в утробе. На самом деле, некоторые дети рождаются с зубами. А у некоторых возможно прорезывание зубов уже в три месяца. У большинства других первый зуб появляется в 6-8 месяцев. У недоношенных детей зубы могут начать прорезываться позже, чем у малышей, родившихся в срок.

Замечено, что определенную роль играет наследственность. Если у вас зубы выросли рано или, наоборот, поздно, то и у вашего ребенка они могут появиться в то же время.

Зубы обычно появляются в определенном порядке и вырастают парами (обычно один за другим с небольшим перерывом). Два центральных резца появляются чаще всего внизу, а уже потом наверху. Однако, у некоторых детей зубы не вырастают до года. Четыре жевательных зуба появляются в возрасте от одного года до полутора лет.

### **Смогу ли я продолжить грудное вскармливание, когда у малыша появятся зубы?**

Если вам обоим нравится грудное вскармливание, кормите так долго, как хотите. Если малыш кусает вас за грудь, попробуйте кормить его, держа вертикально.

### **Как можно уменьшить дискомфорт у малыша при прорезывании зубов?**

Уменьшить дискомфорт поможет чистое пластиковое кольцо-прорезыватель, заранее охлажденное в морозильной камере. Обратите внимание на то, что такое кольцо может повредить десна ребенка, если оно будет слишком твердым или холодным.

Успокоить десна может холодная питьевая вода.

Ослабить боль поможет мокрая фланелевая тряпочка, приложенная к щекам малыша. Иногда помогает мягкий массаж десен с помощью указательного пальца или мягкой зубной щетки. Но если малышу это не нравится, массаж проводить не стоит.

Отвлечь от дискомфорта от прорезывания зубов поможет музыкальная игрушка. Чтобы уменьшить неприятные ощущения, дайте малышу пожевать мягкий фрукт. Кормите ребенка в положении сидя и все время наблюдайте за ним. Не следует давать детям густую пищу, пока им не исполнится 6 месяцев, до этого возраста они еще не умеют нормально глотать.

Когда у ребенка режутся зубы, он еще больше нуждается в вашей заботе и физическом контакте.

### **Как ухаживать за первыми зубами?**

Покажите ребенка дантисту, как только у него появится первый зуб. Соседние зубы следует чистить зубной нитью. Мягкая детская зубная щетка поможет сохранить десна ребенка здоровыми, а зубы – чистыми.

Препараты с фтором уменьшат риск появления кариеса, но важно правильно рассчитать его количество. Слишком много фтора может навредить молочным зубам малыша. Прежде чем давать такие препараты, проконсультируйтесь с дантистом.

### **Можно ли использовать зубной гель?**

Гель для десен часто используют для уменьшения дискомфорта при прорезывании зубов, но в нем могут содержаться опасные вещества, которые могут проникнуть в кровь ребенка через десна. Дети чрезвычайно чувствительны к токсичным химическим веществам из-за незрелости их иммунной системы.

В некоторых гелях содержится консервант феноксиэтанол, который, проникая в клетки ДНК, может повредить их, от чего возрастает риск появления раковых заболеваний. Феноксиэтанол накапливается в теле, и его вредное воздействие может проявиться лишь через несколько лет.

В большинстве гелей содержится обезболивающее местного действия бензокаин. Его передозировка способна нарушить рвотный рефлекс, вследствие чего возрастает риск подавиться при срыгивании.

Особенно рискованно наносить зубные гели на десна ночью.

Очень опасны зубные гели, содержащие аспирин (ацетилсалициловую кислоту). Из-за приема аспирина у детей может возникнуть синдром Рея – болезнь, вызывающая отек мозга и печени.

Нельзя использовать зубной гель у детей до 5 месяцев. В медицинских препаратах, в том числе и натуральных, могут содержаться консерванты и парабены, что может привести позднее к многочисленным проблемам со здоровьем.

## **Безопасность**

Чтобы предотвратить рост микробов, регулярно мойте кольца для прорезывания зубов, игрушки и все, что ребенок берет в рот. Обрабатывайте их мягким антисептическим средством или промывайте под горячей водой с моющим средством. Перед тем, как дать их ребенку, их следует тщательно ополоснуть.

Внимательно осматривайте игрушки прежде, чем дать их ребёнку. Если на них есть следы от жевания, убедитесь в том, что игрушка не повреждена.

Если ваш ребёнок кусается, не давайте ему пищащих игрушек. В случае прокусывания они могут быть опасны.

## **Праздник**

Появление первого зуба – это повод устроить праздник. Большинство родителей обожает делиться фотографиями улыбающегося зубастого малыша с друзьями и родственниками.

Пройдет совсем немного лет, и вы будете ждать прихода зубной феи!