



ЗУБНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

Интересные факты о твоих зубах

Твоя личная команда из 4 отрядов

У тебя во рту 4 типа зубов, и у каждого своя работа:

Клыки (острые)

Разрывают мясо или хлеб,
как маленькие кинжалы

Резцы (передние)

Откусывают как кусачки

Малые коренные (премоляры)

Жуют и измельчают

Большие коренные (моляры)

Самые сильные!
Могут сжать еду с силой до 75 кг.
Как промышленный пресс!



Самый опасный спорт для улыбки

Кто чаще всех теряет зубы?

В хоккей играют настоящие мужчины, но...
это самый опасный вид спорта для зубов!



Две трети (почти 70%)
профессиональных хоккеистов
уже потеряли хотя бы один зуб
во время матча.



Вот почему так важно носить капу
(специальную защиту),
если ты занимаешься спортом.



Сколько зубов будет у тебя в 14 лет?



У детей — 20 зубов



У взрослого — 32 зуба

+4 зуба мудрости,
которые вырастают
позже всех



А вот у тебя в 14–16 лет во рту будет ровно 28

Последние четыре зуба придут к тебе, когда ты станешь совсем взрослым

Рожденные с зубами. Можно ли родиться с зубами? Да!

Представь: младенец только появился на свет, а у него уже есть зуб!

Это большая редкость, но такое случается.

Примерно 1 из 2000–3000 детей рождается с одним или даже двумя зубами.

Кстати, великие полководцы Юлий Цезарь и Наполеон Бонапарт тоже родились с зубами!



Почему молочные зубы не «тренировочные»?



Многие думают:

«Они всё равно выпадут, зачем их лечить?»

Но это ловушка!

**Под каждым молочным зубом
уже растет постоянный.**

**Если молочный зуб удалить слишком рано,
постоянному может не хватить места,
и он вырастет криво.**

Лечить молочные зубы нужно, чтобы потом
улыбка была ровной и красивой.

Стоматологи не любят газировку

Ученые посчитали, что если пить
3 стакана газировки в день,
риск заболеть кариесом повышается на 62%

Сахар + кислота = атака на эмаль

Эмаль - щит зуба, но кислота делает в нём дыры.

Дружеский совет:

Лучше исключи газировку из питания.

Но если иногда выпьешь газировку, прополощи рот водой.



У тебя во рту целая вселенная!

Кто живет у тебя во рту?

Во рту у каждого человека живет несколько миллиардов бактерий. Это больше, чем людей на всей планете Земля!

Среди них есть полезные и вредные.

Зубная щетка и паста — это твое главное оружие, чтобы вредные бактерии не вредили зубам.



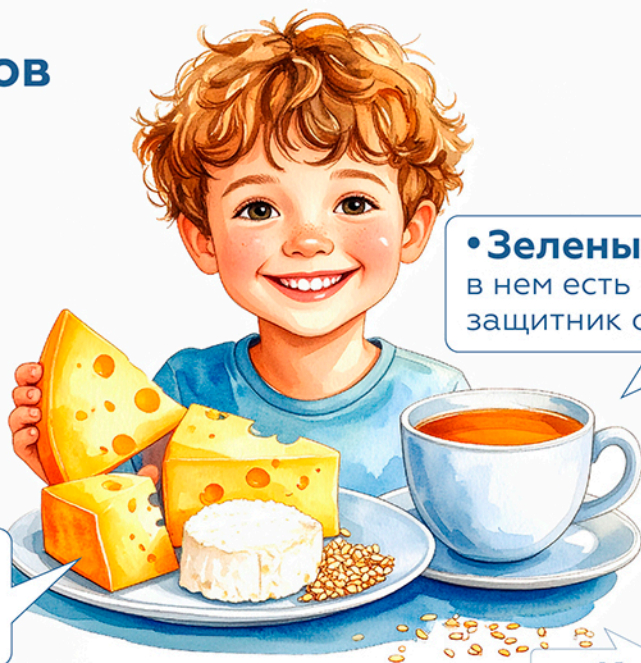
Еда для защиты зубов

Что любят кушать зубы?

**Есть еда, которая
защищает твои зубы,
которые они любят.**

Вот их любимая еда
(она укрепляет эмаль):

• Сыр и творог
вкусный кальций,
укрепляющий зубы



• Зеленый чай
в нем есть фтор —
защитник от кариеса

• Кунжут

Слюна — природный защитник

Зачем нам слюна?

Слюна наш природный ополаскиватель и защитник.

Она смывает кусочки еды.

В ней живут вещества,
которые убивают вредные бактерии.

Она помогает эмали становиться крепче
(возвращает ей минералы)!

**Если во рту пересохло —
зубы сразу в опасности. Пей воду!**



Веточка тоже может чистить зубы

Чем люди чистили зубы 500 лет назад?



В древности

Люди жевали веточки,
расщепляли их кончик
в кисточку и чистили зубы.



В Китае (500 лет назад)

Придумали первую щетку,
похожую на нашу.
Только щетинки у нее были...
из шерсти кабана!



Сейчас

У нас есть мягкий нейлон
и электрические щетки

Когда ты все знаешь о зубах,
понимаешь, зачем их защищать

**ТВОЯ УЛЫБКА –
ТВОЯ СИЛА**

