



ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ КАРИЕСА У ДЕТЕЙ В ПЕРИОД СМЕННОГО ПРИКУСА

Турсунова Дилнора Шарофовна

Бухарский областной специализированный детский

стоматологический центр

DilnoraSharofovna@mail.ru

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17520543>

ARTICLE INFO

Received: 21st October 2025

Accepted: 24th October 2025

Online: 30th October 2025

KEYWORDS

кариес, дети, сменный прикус,
профилактика, фторирование,
гигиена полости рта.

ABSTRACT

Кариес зубов остаётся одной из наиболее распространённых стоматологических проблем детского возраста. Период сменного прикуса (от 6 до 12 лет) характеризуется высокой уязвимостью твердых тканей зубов из-за неполной минерализации эмали и особенностей питания, гигиены и обменных процессов. В этот период особенно важно проводить профилактические мероприятия, направленные на предотвращение кариозного процесса и сохранение здоровья постоянных зубов.

Период сменного прикуса — критическое время для формирования здорового зубочелюстного аппарата. Эффективная профилактика кариеса основывается на комплексном подходе: правильном питании, соблюдении гигиены, регулярных визитах к стоматологу и фторпрофилактике. Только совместные усилия родителей, педагогов и медицинских работников позволят сохранить здоровье зубов ребёнка и предупредить развитие осложнённых форм кариеса.

Период сменного прикуса является важным этапом формирования зубочелюстной системы ребёнка и характеризуется высокой восприимчивостью эмали к воздействию кариесогенных факторов. Недостаточная минерализация твёрдых тканей зубов, несбалансированное питание и нарушение гигиенических навыков повышают риск развития кариеса.

Основными направлениями профилактики являются:

- формирование правильных гигиенических привычек с раннего возраста;
- рациональное питание, ограничение потребления сахара и сладостей;
- регулярная профессиональная гигиена полости рта и осмотры у стоматолога;
- применение фторсодержащих средств и герметизация фиссур постоянных зубов.

Комплексная профилактика, включающая образовательные, гигиенические и медицинские меры, способствует укреплению эмали, снижению распространённости кариеса и сохранению здоровья постоянных зубов.

1. Рациональное питание

Одним из ключевых факторов профилактики кариеса является сбалансированное питание. В рационе ребёнка должны присутствовать продукты, богатые кальцием, фосфором и фтором (молочные продукты, рыба, яйца, овощи,

фрукты). Следует ограничить потребление сладостей, особенно липких и углеводистых продуктов, способствующих развитию кариеса.

2. Формирование гигиенических навыков

С раннего возраста необходимо приучать ребёнка к регулярной чистке зубов — два раза в день, утром и вечером, с применением фторсодержащей зубной пасты, соответствующей возрасту. Родители должны контролировать процесс чистки, пока ребёнок не овладеет правильной техникой.

Рекомендуется использование дополнительных средств гигиены — зубной нити, ополаскивателей, ирригаторов.

3. Профессиональная гигиена полости рта

Посещение стоматолога каждые 6 месяцев позволяет выявить ранние признаки кариеса и провести профилактические процедуры:

- удаление зубного налёта и мягких отложений;
- полировка эмали;
- фторирование зубов специальными препаратами (гели, лаки, пенки);
- герметизация фиссур постоянных зубов, что особенно эффективно для моляров с глубокими бороздками.

4. Фторпрофилактика

Фтор укрепляет эмаль и делает её более устойчивой к воздействию кислот. Помимо фторсодержащих паст, возможно применение таблетированных форм фтора или добавление фторированной соли, однако такие меры должны проводиться только по назначению врача.

5. Гигиеническое воспитание

Важна работа с детьми и родителями по формированию осознанного отношения к стоматологическому здоровью. Профилактические беседы в школе, демонстрации правильной чистки зубов и мотивация к регулярным осмотрам способствуют снижению заболеваемости кариесом.