

## **Профилактика заболеваний полости рта.**

Профилактика заболеваний полости рта основана на соблюдении гигиены, так как большинство проблем возникает из-за обилия микробов. Предупреждающими мерами являются: утренняя и вечерняя чистка зубов пастой; очищение влажной щеткой десен, языка и внутренней поверхности щек; содержание в чистоте зубной щетки; применение эффективных паст (на основе трав или минералов); использование флоссов (специальных нитей) для межзубных промежутков; ополаскивание зубов антибактериальными эликсирами.

Регулярные осмотры позволяют своевременно выявить начало развития воспалительных процессов слизистой полости рта, наличие кариозных полостей и изменений прикуса, часто выступающего травмирующим фактором для слизистой и влияющего на качество пережевывания пищи, а значит и на здоровье пищеварительного тракта.

Санации полости рта включают лечение выявленных заболеваний зубов и слизистой, удаление испорченных зубов, выступающих очагами инфекции.

Следует помнить, что профилактика – основной метод борьбы с появлением болезней полости рта. Проще предупредить болезнь, чем производить лечение.

Врач-терапевт

А.В.Савушкина