



# Всемирный день здоровья полости рта

ГУ «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

Самое твердое вещество в человеческом теле — зубная эмаль. Кстати, название «молочные зубы» придумал Гиппократ, который был убежден, что самые первые зубы ребенка формируются из молока.

20 марта 2018

Люди, которые чистят зубы три раза в день, реже страдают от избыточного веса.

Человеческий язык — это единственная мышца, не прикрепленная с обеих сторон, и считается самой гибкой и подвижной частью тела, причем каждый язык уникален, как отпечатки пальцев, одинаковых не существует.

**Кариес** — это инфекционное заболевание. Основной его причиной являются бактерии, которые прикрепляются к поверхности зубов, питаются углеводами из пищи (особенно сладкой), и, разрастаясь, образуют зубную бляшку (зубной налет).

## ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРЫ:

обеспечение постоянного уровня фтора в ротовой полости  
уменьшение потребления сахара  
рациональное питание

Женщины на 20% лучше мужчин различают сладкий вкус, они также на 10% чувствительнее к кислой пище. У женщин больше вкусовых рецепторов, поэтому

на языке располагаются, так называется вкусовые сосочки, в каждом из которых находится около 100 клеток-рецепторов, они живут в среднем до 10 дней, после чего заменяются новыми. Поэтому на протяжении жизни человек может чувствовать вкус одной и

достаточное потребление фруктов и овощей  
отказ от курения  
отказ от потребления алкоголя  
надлежащая гигиена полости рта  
регулярные посещения (два раза в год) стоматолога  
обеспечение доступа к чистой питьевой воде для улучшения общей

той же пищи по-разному. Вкусовые рецепторы расположены не только на языке. Около 10% таких рецепторов располагаются на внутренней стороне щек и нёбе.

Более 90% людей в мире страдают теми или иными стоматологическими заболеваниями. Многие заболевания непосредственно связаны со здоровьем полости рта. Среди них группа сердечно-сосудистых заболеваний, остеопороз и диабет.

гигиены и надлежащей гигиены полости рта  
гигиена полости рта во время беременности и о возрасте первого визита к зубному врачу  
поощрение родителей чистить зубы вместе с детьми для формирования правильных привычек с раннего возраста  
предотвращение рака полости рта и предраковых заболеваний.



## Обратите внимание:

- Человеческий язык — это единственная мышца...
- У женщин больше вкусовых рецепторов...
- Около 10% таких рецепторов располагаются на внутренней стороне щек и нёбе...
- Кариес является самым распространенным стоматологическим заболеванием в мире...



Отдел общественного здоровья Слонимского зонального ЦГЭ