

Кариес на ранното детство

Зъбният кариес е резултат от киселините, получени при разграждането на захарите, с които се храним, от микроорганизмите, живеещи около зъбите. За да причинят кариес, на киселините им трябва достатъчно време. Обикновено първите прояви на зъбния кариес се наблюдават след третата година на детето. Появата на кариес на по-ранна възраст има две причини. Едната е по-рядка и представлява наследствен или вроден дефект в изграждането на зъбите. По-честата причина е неправилното поведение при отглеждането на детето след раждането.

Неправилното поведение е свързано с условия за ранно поселване на кариесогенните микроорганизми в устата на бебето и с продължителната задръжка на хранителни остатъци около зъбите. Детето се ражда със стерилна уста. Поселването на кариесогенните микроорганизми в устата на детето става от устата на майката, бащата или тези, които го отглеждат. Целувките по устата, облизването на биберона или лъжичката са директния път за пренасяне на микроорганизмите. Продължителната задръжка на хранителните остатъци се получава при продължително кърмене или хранене с шише и биберон, при заспиване на детето на гърдата на майката или с шишето, при ползване на шише със сокове, подсладена вода или мляко за успокояване на детето. Тогава в устата около зъбите остава последната глътка, която продължително време се атакува от микроорганизмите, те започват да се хранят и в този процес активно се образуват киселини. Неизмитите зъби се атакуват по време на съня и бързо се разрушават.

За да се избегне риска от развитието на така наречения кариес на ранното детство, родителите трябва да спазват няколко прости правила:

1. Шишето с биберон да се използва само за хранене, а не за приспиване или успокояване на детето. С него се дава само кърма, мляко или вода. Водата никога не се подсладява;
2. По време на хранене детето да се държи на ръце, а не се оставя легнало в креватчето. Не трябва да заспива на гърдата на майката или шишето да се прикрепя до детето в леглото докато заспи. Сънят не е време за хранене;
3. Веднага след кърмене детето да се отстранява от гърдата. Дори кърмата е силно кариесогенна, когато остане дълго около зъбите;
4. Удължаване на времето за кърмене или хранене с шише е една от основните причини за кариеса на ранното детство;
5. Да не се допуска нощно хранене. През нощта може да се дава единствено неподсладена вода;
6. За приспиване и успокояване на детето вместо шише или подсладен биберон да се дава меко ароматизирано одеяло или подходяща мека играчка, която да му стане любима;
7. След кърмене или хранене с шише зъбите на детето да се измиват. Това става със специални памучни накрайници за пръст, които могат да се намерят в аптеките, натопени в разрежена 1:1 кислородна вода с обикновена вода или дори само с вода. При липса на накрайници почистването може да се прави с намокрена марля;

8. Соковете не трябва да се дават със шише, а само с чашка. След шестия месец детето трябва да се приучи за пиене с чашка (първоначално само за игра) и хранене с лъжичка;
9. Крайният допустим срок за кърмене или хранене с шише е първата година. Отбиването трябва да става постепенно след шестия месец. Изхвърлянето на шишето и бибероните трябва да стане ритуал за първия рожден ден;
10. Ключът към отбиването и отказването от шишето е търпението. Не трябва да се забравя, че и най-упоритият навик в тази възраст се премахва най-много за седем дни;
11. Не трябва да се облизва лъжичката, биберона, да се пробва храната или да се почиства детето със слюнка. Това е най-сигурният път за пренасяне на кариесогенни микроорганизми в устата на детето;
12. Първата четка за зъби трябва да се даде на детето от момента на пробива на първите зъби. Запознаването с нея трябва да е като игра, а обучението да се подкрепя от примера на родителите. Към края на първата година трябва да се създаде навик за почистване с четка, като част от времето детето само прави опит и се поощрява, а след това родителите почистват качествено зъбите;
13. Първият преглед при детски дентален лекар трябва да е около рождения ден на детето;

При първата поява на промени по горните предни зъби детето трябва спешно да се заведе при детски дентален лекар. Кариесът на ранното детство много лесно може да се избегне, но много трудно се лекува. Контролът от страна на родителите трябва да става чрез повдигане на горната устна на детето и наблюдение на горните резци.