

## Próchnica zębów mlecznych

**Próchnicę butelkową powodują bakterie**, które odżywiają się cukrem i produkują kwasy niszczące zęby. Im więcej cukru im dostarczymy, tym większych dokonują spustoszeń.

**Dziecko , które często pije z butelki**, jest szczególnie narażone na próchnicę, bo zawarty w mleku, soczkach czy słodzonych herbatkach cukier ma długo kontakt z zębami . Jeśli zasypia przy butelce, jest jeszcze gorzej- podczas snu zmniejsza się wydzielanie śliny, która mogłaby obmyć oblepione pokarmem zęby i zmniejszyć zakwaszenie w jamie ustnej . W efekcie ząbki, które dopiero co się pojawiły, zaczynają się psuć. Pojawiają się zmiany na górnych jedynkach, potem próchnica ogarnia coraz większe powierzchnie. Próchnica może przenieść się z mleczaków na zęby stałe, a jeśli choroba będzie zaawansowana i lekarz usunie któryś z zębów, to może to doprowadzić do wad zgryzu. Ponadto chory ząbek po prostu boli dziecko. Dlatego zawczasu warto wyeliminować wszelkie czynniki ryzyka, które mogą prowadzić do próchnicy, która w przypadku niemowląt i najmłodszych dzieci zwana jest właśnie próchnicą butelkową.

### Jak rozpoznać próchnicę butelkową?

O początkach próchnicy świadczy pojawienie się białych plamek lub smużek na górnych zębach przednich. Potem pojawiają się ciemne plamy na górnych jedynkach, tuż przy dziąsłach (próchnica butelkowa generalnie częściej dotyczy przednich zębów górnych). Jeśli nie będą leczone, zmiany zaczną rozprzestrzeniać się na inne zęby. Z czasem mogą też pojawić się powikłania ropne.

### Leczenie próchnicy butelkowej

Gdy zauważymy zmiany próchniczne na zębach (brązowe lub białe plamki), trzeba niezwłocznie zgłosić się do dentysty i podjąć leczenie. Ząbki zaczynają wtedy boleć, stają się wrażliwe na ciepłe i zimne napoje oraz pokarmy. Wystarczy niewiele czasu, żeby zniszczyły się wszystkie ząbki, a zepsute bardzo rzadko się usuwa (w trosce o prawidłowy zgryz). Dalszej próchnicy trzeba zapobiegać poprzez impregnację. Niestety efektem tego zabiegu są szaro czarne przebarwienia na ząbkach.

### Jak zapobiegać próchnicy butelkowej?

Niestety ,nie na wszystko mamy wpływ, bo o podatności na próchnicę decydują m.in. geny, przebieg ciąży oraz inne czynniki. Jednak naprawdę dużo możemy zrobić.

- **Nie ucz niemowlaka zasypiać z butelką w buzi.** Jeśli widzisz, że pijąc mleko zasypia, wysuń mu smoczek z buzi lub ewentualnie zastąp go smoczkiem-uspokajaczem.
- **Przyzwyczajaj smyka do picia wody mineralnej, niegazowanej.** Woda przepłukuje buzię.

- **Nie dosładzaj herbatek, soczków ani niczego innego.**
- **Dbaj o higienę jamy ustnej niemowlaka.** Jeszcze przed wyrżnięciem się pierwszego zęba, regularnie przecieraj dziąsła malucha zwilżonym w przegotowanej wodzie jałowym gazikiem.
- **Myj zęby starszakowi. Najpierw sama, a potem daj szczoteczkę maluchowi do rączki, niech nabiera dobrych nawyków.** Szczotkujcie zęby pastą dla dzieci, a jeśli malec umie już płukać buzię i wypluwać, możesz zaproponować mu używanie płynu do płukania ust dla dzieci.
- **Zadbaj o regularne kontrole u dentysty.** Najlepiej, by malec był pod jego opieką, gdy wyrżnie mu się pierwszy ząbek, a już na pewno po 1. urodzinach.
- **Nie karm malca butelką dłużej niż to jest konieczne.** Gdy tylko dziecko nauczy się siedzieć, ucz je jedzenia łyżeczką i picia z kubeczka
- **. W jamie ustnej noworodka nie ma bakterii powodujących próchnicę. Zasiedlają ją stopniowo, m.in. poprzez kontakt ze śliną innych osób.** Im później to zrobią, tym lepiej. Nie ułatwiał im zadania: nie oblizuj smoczka ani łyżeczki, której używa twoje dziecko, nie pij z tego samego kubeczka i nie całuj malucha w usta.
- **Nie pozwalaj na podjadanie między posiłkami.** Zębom najbardziej szkodzi to, co kleiste: czekolada, białe pieczywo itd.
- **Naucz, że po wieczornym myciu zębów** nie można niczego jeść ani pić (poza wodą).

Pozdrawiam!

Magdalena Grajner-Łukawska

Literatura.

M. Szpringer-Nodzak „ Stomatologia wieku rozwojowego” .

M. Szpringer-Nodzak „ Wszystko o zębach twojego dziecka. Poradnik dla rodziców”.

B. Adamowicz „ Próchnica zębów mlecznych”.

A. Chmielecka „ Próchnica butelkowa”.

internet