



Tisztelt Bölcsőde Vezető!

A napi bölcsődei rutin feladatok közé tartozik a kisgyermek rendszeres szájápolása, amihez szakirányú ajánlást szeretnénk adni. Ezzel a rövid összefoglalással az Önök munkáját és a szülők tájékozottságát szeretnénk támogatni. A Magyar Gyermekfogászati és Fogszabályozási Társaság feladata, hogy a Magyarországon dolgozó, gyermekekkel foglalkozó fogorvosok munkáját segítse, állásfoglalásokat készítsen és biztosítsa az együttműködést más szakmai szervezetekkel is. Emellett fontos általános célunk a lakossági egészségnevelés, a fogászati prevenció segítése.

Ennek szellemében megfogalmaztuk (a jelenleg érvényes tudományos ismeretekkel felvértezve) a 0-3 éves korú gyermekek karieszt (fogszuvasodást) megelőző útmutatóját. Előzetesen még leírjuk azokat a tényeket, ami ezt a preventív ellátást különbözővé teszi (a nagyobb gyerekek preventív ellátásához képest):

Ebben az életkorban a reflexes nyelés még jelen van, ami megnehezíti az öblítést. A kisgyermek automatikusan lenyeli, ami a szájába kerül. Kb 3 éves életkorban várhatjuk, hogy a tudatos, irányított „köpés” sikerül. A szájöblögetést tanítani, tanulni kell, és kellő fejlettség szükséges ahhoz, hogy megtaníthassuk.

Az is tény, hogy a rendszeres fogápolást el kell kezdeni, mielőtt az első tejfogak előtörnek. Ha van a gyermek szájában fog, az el is romolhat. Súlyos tévhit, hogy a tejfogot nem kell kezelni, úgyis kiesnek. A tejfog szuvasodásból eredően súlyos állapot alakulhat ki, ami megelőzhető lett volna a rendszeres fogápolással és a helyes táplálással.

Az elmúlt évben változtak a nemzetközi ajánlások a fogkrém használatra vonatkozóan: jelenleg egyes kutatások az 1000ppm fluorid tartalmú fogkrém használatát javasolják minimális mennyiségben. Ha ennek egy részét rendszeresen lenyeli a kisgyermek, az sem okoz fluorid túladagolást. **Ettől kissé eltérően a magyar gyakorlatban 0-3 éves korú gyermekeknek max. 150-270 ppm, a 3-6 éveseknek 500 ppm fluorid tartalmú fogkrémet javasolunk rendszeresen, borsószemnyi mennyiségben. Tapasztalataink szerint ez a szükséges és elegendő mennyiség.**

A savas ételek által porózussá vált zománc csak erőteljes behatására tud „elkopni”. Ehhez hosszú idejű, rendszeres, erőteljes fogkefés szükséges. Bölcsődés korú gyermekeknél a saját kezűleg végzett fogmosás semmiképpen nem nevezhető hatékonynak. Sem a szennyeződések, sem a porózus zománcot nem tudja a gyermek eltávolítani. A savas ételek fogyasztása utáni várakozási idő természetesen javasolt, de ezt a fogápolási folyamatot inkább az esti, otthoni fogmosáskor vegyük figyelembe.

Sajnos a magyar iskolafogászati rendszer csak 3 éves kortól teszi kötelezővé a gyerekek rendszeres szűrését. A 0-3 éves gyerekek nem jutnak el szervezeten és rendszeresen fogorvosi tanácsadásra (közben a háziorvosi csecsemő tanácsadás rendszerben működik!). Nagyon fontos lenne, hogy a szülők a gyermek 1 éves koráig legalább egy alkalommal látogassák meg a fogorvost gyermekfogászati és fogszabályozási tanácsadás céljából. Ez az első fogorvosi vizit jelentős segítséget nyújt egy egészséges kisgyermeknek is, és még inkább, ha már kezdődő fog és szájbetegségek, beszédhibák, rossz szokások, táplálási hibák, fogszuvasodás, vagy más egyéb korai elváltozások tapasztalhatók.

Mindezek ismeretében a 0-3 éves gyermekek fogápolásához javasolom, hogy:

1. A bölcsődében tanulják és gyakorolják e gyerekek az öblítést és „köpést”.
2. A bölcsődében ebéd után vízzel vagy enyhe, hígított fluoridos szájöblítővel öblítsék a gyermekek a szájukat.
3. A bölcsődében gyakoroltassák foglalkozásként a fogkefe használatát (pl. száraz fogmosás).
4. A fogkefével való tisztítást végezze el otthon a szülő (az instrukcióknak megfelelően) .
5. A szülő otthon, étkezés után 20-30 perccel, naponta kétszer, saját kezűleg tisztítsa a gyermek fogait, és használjon erre a célra 150-270 ppm fluorid tartalmú kis mennyiségű fogkrémet.

Ehhez a munkához sikereket kívánunk!

Tisztelettel és üdvözlettel:

A MAGYEFOT Vezetősége és Tagsága nevében:

Dr. Szántó Ildikó

elnök

Magyar Gyermekfogászati és Fogszabályozási Társaság
Székhelye: Budapest, Szentkirályi u. 47. 1088. Adószáma: 18045020-1-42
Bankszámla száma: 11708001-20364915-00000000
Cégbírósági bejegyző határozat száma:11 Pk 069001/1992/11
Nyilvántartási szám: 01-02-0004576