**1. Расскажите об методах обучения гигиене полости рта (чистке зубов) детей в возрасте 3-5 лет.**

Метод обучения дошкольников гигиене полости рта KAI

Данная методика используется при чистке зубов детям от 3 до 6 лет. А так же данный метод чистке зубов можно предложить для обучения гигиене полости рта лиц с невысоким уровнем психофизического развития (детей, инвалидов). Название KAI — аббревиатура от названий поверхностей зуба на немецком языке: К — Kauflachen (жевательная), А — AuBenflachen (наружная), I — Ihnenflachen (внутренняя).

**2. Расскажите об методах обучения гигиене полости рта (чистке зубов) детей в возрасте 12-15 лет.**

Метод Марталера

Метод предложен профессором Марталером (Щвейцария), рекомендован школьникам (детям от 6 лет и старше). Представляет собой упрощенный вариант стандартного метода, адаптированный к психофизическим возможностям школьников. Сначала очищаются жевательные поверхности, затем вестибулярные (передние) и оральные (внутренние) поверхности.

*Очищение жевательных поверхностей:* рот приоткрыт. Щётку устанавливают на жевательную поверхность зубов и делают по 10 поступательных движений на каждом сегменте (количество зубов покрытых щёткой) и перемещают щётку по дуге верхней челюсти. Затем повторяют тоже на нижней челюсти.

*Очищение вестибулярных (передних) поверхностей: з*убы смыкают, щёки расслабляют. Щётку устанавливают на вестибулярных (передних) поверхностях и делают вертикальные зигзагообразные движение, по 10 на одном сегменте, с одинаковым усилием, захватывая зубы и верхней и нижней челюсти.

*Очищение оральных (внутренних) поверхностей: р*от широко открывают, щётку устанавливают на оральную (внутреннюю) поверхность зубов и короткими вертикальными движениями, по 10 на каждом сегменте, продвигаются по дуге верхней челюсти. Затем тоже повторяют на нижней челюсти.

**3. Расскажите об методах обучения гигиене полости рта (чистке зубов) взрослых людей.**

Стандартный метод чистки зубов

Зубной ряд условно делят на несколько сегментов: моляры, премоляры (если таковые имеются) и передние зубы с каждой стороны (получается 4-6 сегментов).

1) поместите зубную щетку под углом к десне в месте ее прикрепления  к зубам;

            2) легкими скребущими движениями передвигайте щетку от десны к режущему краю или жевательной поверхности;

            3) очищайте наружные (со стороны губ и щек) поверхности двух рядом стоящих зубов одновременно сначала верхней, а потом нижней челюсти, удерживая щетинки под углом к деснам;

            4) точно таким же образом очищайте внутренние (со стороны языка и неба) поверхности зуба;

            5) очищайте жевательные поверхности зубов возвратно-поступательными движениями, не давите сильно, чтобы позволить щетинкам входит в фиссуры зубов для очищения внутренних поверхностей зубов фронтального отдела верхней и нижней челюстей, поставьте зубную щетку вертикально и ее кончиком сделайте несколько легких движений вверх-вниз (скребущие движения);

7) чистка заканчивается круговыми движениями по вестибулярной поверхности с захватом зубов, десен, перемещением щетки слева направо;

            8) закончите процедуру очищением спинки языка от корня до кончика нежными скребущими движениями щетки;

            9) прополощите рот питьевой водой.

**4. Особенности ухода за полостью рта лиц с несъемными ортодонтическими конструкциями.**

*Чистка зубов небходима не реже, чем 3 раза в день.* При чистке необходимо уделять внимание как поверхностям зубов, так и зубным промежуткам, пространствам между брекетами и под дугами.

Следует использовать зубные пасты с содержанием кальция и фтора для укрепления зубной [эмали](http://click02.begun.ru/click.jsp?url=Uua49efh4OEXU2o3je2o-1ia0JeqXWJIQmeoN89y8s26ZbQLJEl9IUCHNT4LupUXJuPStv4**HXLkHgTytFvnN1tsNKsLiN6-nVH507i4vq3vkMLzwtO3I6jQZ82kN9pLFt083wjGTtu6CSq*Ar5LjJFD5WqJzXLsEbmz88N8SK8Lyu9VsQsiUBcXXLjQFcnPjDKfvo5kWntdI8yBh6FIvehUMsNAjIJiGcOjK-yzOy5IKc002EJkXA63tJ94XKLRVHvFbuIytHUPz5kUqpatB*HXdoHv6773duztNpXhs4hv6VK6T*HuSNrar968d9ly9-bgQ), ведь во время лечения она испытывает повышенную атаку со стороны бактерий внутри полости рта.

*Методика чистки зубов.* Во время лечения на брекет-системе удаление налета с поверхности зубной эмали и вдоль десен осложняется, вначале нужно снять съемные элементы системы, например эластичные резинки и тяги. Ворсинки должны прочищать даже самые отдаленные уголки, такие как около жевательных зубов (16-18; 26-28; 36-38; 46-48). Затем нужно прочистить промежутки между брекетами и зубами: для этого лучше всего подойдут движения вверх — на нижней челюсти и вниз — на верхней. Таким образом хорошо удаляются застрявшие кусочки пищи. Нельзя совершать излишне резких и сильных движений, иначе можно случайно повредить какие-либо элементы брекет-системы. Для брекетов также существуют специальные зубные нити с жестким окончанием, которые можно продеть между зубами и под дугой брекет-системы. После того как нить заняла свое положение, мягкими движениями вверх-вниз проводится чистка поверхности зуба и десны. Эту операцию нужно повторить для каждого зуба.

*Ортодонтические средства для чистки.*Существуют специальные приспособления, разработанные для пациентов ортодонтических клиник. К таким приспособлениям относятся ортодонтические щетки, специальные зубные нити, зубные ершики, ирригаторы.

**5. Расскажите этапы стандартного метода чистки зубов по Пахомову.**

Зубной ряд условно делят на 6 сегментов: по два фронтальных (резцы, клыки), премоляры, моляры справа и слева. Чистку зубов и десен начинают с вестибулярной стороны моляров справа на верхней челюсти, последовательно переходя от сегмента к сегменту, затем очищают жевательную поверхность зубов и завершают чистку на небной поверхности. В той же последовательности чистят зубы на нижней челюсти.

При чистке вестибулярной поверхности щетинки щетки направлены под острым углом к поверхности зубов. Подметающие движения- от десны к зубу, удаляя налет с зубов и с десен. Затем несколько горизонтальных возвратно-поступающих движении и круговые движения.

Жевательные поверхности моляров и премоляров очищают щетинки щетки направляют перпендикулярно к окклюзионной поверхности- вращательные движения с горизонтальными.

Небные и язычные поверхности ручка щетки параллельно окклюзионной поверхности.

Заканчивают чистку круговаым движениями.

Каждый сегмент чистят 10 парными движениями щетки. Время чистки 3.5-4 минуты.

Чистка дважды в день: утром и вечером.

**6. Особенности гигиены полости рта при наличии одиночных коронок.**

Когда дело касается одиночной, отдельно стоящей коронки, то практически никакой разницы в проведении гигиенических процедур в ротовой полости со здоровыми зубами и деснами, с одиночной коронкой нет за исключением некоторых нюансов. Во-первых, если это металлическая коронка, стальная или золотая, то она должна заходить в зубодесневую борозду на 1 мм. Следует прибегать к особо интенсивному очищению межзубных промежутков и пространств под нависающими краями коронки. Рекомендуются:

- флоссы, суперфлоссы. Суперфлосс обводят вокруг корня с искусственной коронкой и делают протягивающе-возвратные движения. Тогда за счет разрыхленной части нити лучше очищаются все придесневые поверхности как зуба, так и искусственной коронки.

-ершики.

- пучковые щетки. (для тщательной очистки десневой борозды и особенно в дистальных отделах)

- ванночки с ополаскивателем.

- ирригаторы в режиме струи хорошо способствуют очищению подкоронковых пространств

- зубная щетка мягкая, т.к. особое внимание уделяется придесневой области.

**7. Перечислите показания к использованию межзубных ершиков.**

установлены брекеты, коронки, импланты или протезы;

имеются заболевания десен;

отсутствуют одна или несколько единиц;

зубы в ряду расположены скученно;

имеются большие межзубные промежутки (тремы, диастемы);

**8. Перечислите этапы обучения гигиене полости рта пациентов со съемными ортопедическими конструкциями.**

Наличие в полости рта несъемных и/или съемных зубных протезов в значительной степени влияет на качество гигиены полости рта, так как создаются благоприятные условия для адгезии пищевых остатков. Неудовлетворительное гигиеническое состояние полости рта может привести к развитию и/или обострению заболеваний пародонта и слизистой оболочки полости рта. Кроме того, плохая гигиена сокращает срок службы зубных протезов, на которых зубные отложения появляются значительно быстрее, чем на естественных зубах. Поэтому всем пациентам с ортопедическими конструкциями необходимы тщательная индивидуальная гигиена полости рта и гигиена протезов [1, 2].
При наличии в полости рта несъемных и съемных ортопедических конструкций уход за искусственными и естественными зубами имеет свои особенности [3].
При наличии несъемных конструкций следует проводить ежедневную двухразовую чистку зубов с помощью индивидуально подобранных зубной щетки и пасты, утром после завтрака и на ночь, в течение 3,5-4 минут, что составляет 400-450 парных движений, а также после каждого приема пищи, в течение 1-2 минут. Наиболее эффективна и целесообразна в своем применении зубная щетка с многоуровневым щетинным полем, силовым выступом, активным углублением, щетиной средней степени жесткости и индикацией степени износа.
Наиболее приемлемой пастой является паста средней степени абразивности, обладающая мягкими противовоспалительными, вяжущими и антимикробными свойствами. Пасты должны быть умеренной пенистости и обладать хорошими дезодорирующими свойствами.
Из дополнительных средств гигиены следует использовать безалкогольный ополаскиватель, обладающий противокариозным, противовоспалительным, антимикробным, вяжущим, дезодорирующим действием, флоссы для очищения межзубных промежутков естественых зубов и межзубных промежутков у зубов, покрытых искусственными коронками, суперфлоссы для очистки промывного пространства и удаления налета с внутренней поверхности тела протеза и подлежащей десны, щетку-ѐршик для очищения межзубных промежутков и промывного пространства, монопучковые зубные щетки для очищения пришеечных областей, электрические зубные щетки с гидромассажером и ирригаторы для вымывания остатков пищи в режиме «струи» и проведения массажа десен в режиме «душа».
У пациентов с частичными съемными протезами для гигиены полости рта следует применять мануальную зубную щетку средней степени жесткости, а при наличии гиперчувствительности зубов – мягкую зубную щетку. Щетка должна иметь закругленные и отполированные кончики щетинок, многоуровневое щеточное поле, состоящее из силового выступа и активного углубления, микротекстурную щетину и индикацию степени ее износа. Предпочтение следует отдать лечебно-профилактическим зубным пастам с экстрактами трав, а при чувствительности зубов пасты, понижающие гиперчувствительность. Из дополнительных средств гигиены необходимо использовать ополаскиватели с противовоспалительным, вяжущим, выраженным дезодорирующим и умеренным антимикробным действием, флоссы, суперфлоссы, щетку-ѐршик,монопучковые зубные щетки, электрические зубные щетки с круглой головкой, ирригаторы.
У пациентов с полными съемными протезами для гигиены полости рта следует применять гигиеническую мануальную зубную щетку с мягкой щетиной для исключения травмы слизистой оболочки полости рта. Щетинки должны иметь закругленные и отполированные кончики, щеточное поле должно быть ровным. Предпочтение следует отдать лечебно-профилактической зубной пасте с минимальными абразивными и умеренными антимикробными свойствами. Также пациентам рекомендуется использовать ополаскиватель полости рта на основе экстрактов лекарственных трав, бальзам и тоник для десен для улучшения трофики тканей и микроциркуляции.
Частичные и полные съемные протезы нуждаются в тщательной гигиене. Для ухода за съемными протезами рекомендуется щетка специального назначения с двусторонним расположением щетины на головке: одна сторона предназначена для чистки наружной поверхности протеза, другая - для очищения внутренней поверхности базиса протеза. Щетина данной щетки значительно грубее мануальной зубной щетки с жесткой щетиной. В зависимости от степени загрязнения протезов используется щетка с зубной пастой средней степени абразивности, а при сильных зубных отложениях на поверхности протезов - с повышенными абразивными свойствами. Также для гигиены применяются специальные пасты для съемных протезов, обладающие повышенными очищающими, дезодорирующими, антисептическими и хорошими пенящимися свойствами.
Идеально очистить зубные протезы в домашних условиях можно с помощью ультразвуковой ванночки для протезов, очищающих растворов и шипучих таблеток. Экспозиция в растворе индивидуальная, зависит от степени загрязнения конструкции.

**9. Обучение чистки зубов по методу KAI, возрастные критерии, последовательность действий.**

Данная методика используется при чистке зубов детям от 3 до 6 лет. А так же данный метод чистке зубов можно предложить для обучения гигиене полости рта лиц с невысоким уровнем психофизического развития (детей, инвалидов). Название KAI — аббревиатура от названий поверхностей зуба на немецком языке: К — Kauflachen (жевательная), А — AuBenflachen (наружная), I — Ihnenflachen (внутренняя).

Метод чистки зубов KAI.

A. Очищение жевательных поверхностей проводится короткими поступательными горизонтальными движениями от С1 до С6 на верхней челюсти и от С6 до С, - на нижней челюсти.

Б. Очищение вестибулярных поверхностей проводится круговыми движениями при сомкнутых зубах с одновременным захватом верхних и нижних зубов сегмента, с постепенным продвижением от С1 до С6.

 B. Очищение оральных поверхностей проводится подметающими вертикальными движениями от десневого края к жевательной поверхности (режущему краю) на верхней челюсти (от С1 до С6) и на нижней челюсти (от С6 до С1).

**10. Проведения флоссинга у лиц с ортодонтическими несъемными конструкциями, последовательность действий.**

1. Введите плотный конец нити в промежуток между зубом и ортодонтической конструкцией
2. Накрутите концы нити вокруг средних пальцев правой и левой руки, плотно зажмите ее большими пальцами. Натянутый участок нити должен быть около двух сантиметров длиной.
3. Пилящими движениями заведите зубную нить в межзубной промежуток.
4. Прижмите флосс к боковой поверхности одного из зубов, опустите до самого глубокого участка десневой бороздки (пространство между зубом и десной), а затем проведите нитью вверх-вниз несколько раз. Аналогичным образом очистите рядом стоящий зуб.

            Прочистите таким образом все зубы со всех сторон во всех зубных промежутках. Часть нити, очистившая одну контактную поверхность зуба, не должна использоваться повторно.