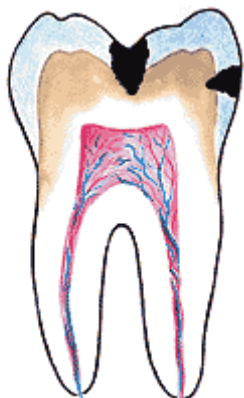


Proč se zuby kazí - pokus IV. B

Děti jsou ohroženy vznikem zubního kazu mnohem více než dospělí.

Zubní kaz



je onemocnění, které se vyznačuje **úbytkem minerálních látek** (zejména vápníku a fosfátů) z tvrdých zubních tkání. **Sklovina a zubovina oslabené ztrátou minerálů se rozpadají a vzniká kazivá dutina.**

Následky neošetřeného zubního kazu jsou nejčastějším důvodem k odstranění zubu. **Zánět a bakteriální infekce v okolí kořene dočasného zubu mohou poškodit vývoj stálých zubů** - jejich nástupců. Včasné a správné ošetření může počet těchto nežádoucích komplikací omezit, ale nemůže je vyloučit. Vyloučit je může jen včasná a účinná prevence.

Co je zubní plak

Postupně se tak tvoří **vrstva složená z bakterií a sítě organických látek**, pocházejících ze sliny a vznikajících činností samotných bakterií. Tato vrstva se nazývá zubní plak.

Množství a četnost (frekvence) příjmu sacharidů významně ovlivňují délku trvání i míru kyselosti ústního prostředí a tím i riziko vzniku kazu.

Ukázka působení tekutin na zuby – náš pokus

Pomůcky: zuby – mléčné, zvířecí atd..., peroxid vodíku, ocet, mléko, Cola, džus, sklenice, voda

Postup: do sklenic nalijeme ocet, mléko, Colu, džus, vodu. Zuby před vložením do tekutin vybělíme peroxidem vodíku. V tekutinách se zuby ponechají po dobu tří týdnů bez výměny roztoku. (pozor, mléko zkysne, ale to nevadí). Po této době zuby zhnědnou – nejvíce Cola.

Závěr: kyselé prostředí naruší zubní sklovnu – zpórovatí, dochází ke kazivosti zubů



Cola



džus



voda



mléko

Jak se bránit zubnímu kazu?

Prevence zubního kazu je cílena:

- na zajištění pravidelné a **dobré úrovně hygieny dutiny ústní**
- na **zdravou výživu** s omezením cukrů v potravě
- na **posílení odolnosti zubních tkání fluoridy**

Hygiena dutiny ústní

Základem ústní hygieny je **pravidelné odstraňování zubního plaku**, nejčastěji mechanickými prostředky, tj. čištění zubů v rámci domácí péče o chrup. Má-li být tato činnost úspěšná, je nutné zachovat určitá pravidla:

- **vybrat vhodné pomůcky** k čištění zubů (zubní kartáčky, pasty apod.)
- naučit se a **používat účinnou metodu čištění zubů**
- **upevnit návyk pravidelného čištění zubů** tak, aby se stal přirozenou a nedílnou součástí každodenní osobní hygieny

Mgr. Zuzana Holubová