

ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

Η στοματική μας υγιεινή είναι πάρα πολύ σημαντική, αλλά μήπως δεν γνωρίζουμε όσα πρέπει για αυτήν; Και μήπως αυτό μας κάνει να μην φροντίζουμε την υγεία του στόματος και των δοντιών μας όπως πρέπει;

Ξέρουμε πως, με σωστή φροντίδα, μπορούμε να αποφύγουμε την δύσοσμη αναπνοή, την φθορά των δοντιών, αλλά και την ουλίτιδα

ΟΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΟΡΑΜΑ 2020

- Η στοματική υγεία αποτελεί το θεμελιώδες στοιχείο για την σωματική υγεία, αλλά και για τη ψυχική ευεξία.
- Επηρεάζεται από τις αξίες και τις συμπεριφορές του ατόμου, αλλά και της κοινωνίας.
- Αντικατοπτρίζει τα φυσιολογικά, κοινωνικά και ψυχολογικά χαρακτηριστικά που είναι απαραίτητα για ένα ικανοποιητικό επίπεδο ζωής.
- Εκφράζει τις προσωπικές εμπειρίες, αντιλήψεις, τις πιθανές προσδοκίες αλλά και την ικανότητα του ανθρώπου να προσαρμόζεται ανάλογα με τις συνθήκες.

LEADING THE WORLD TO OPTIMAL ORAL HEALTH

fdi
FDI World Oral Federation

VISION 2020

FDI's Definition of Oral Health

www.fdiworldoral.org/oral-health-definition

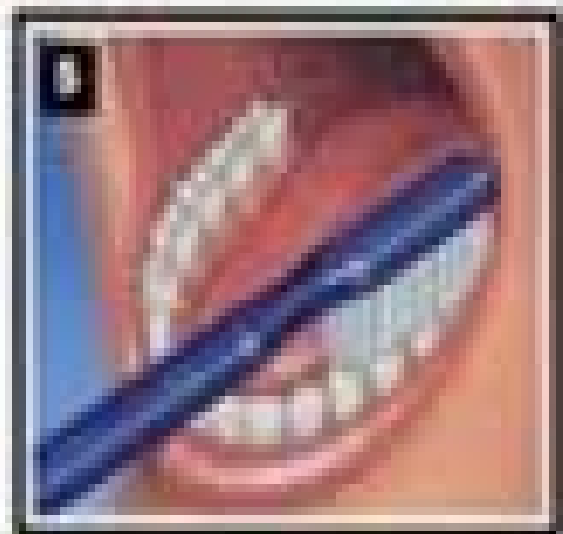
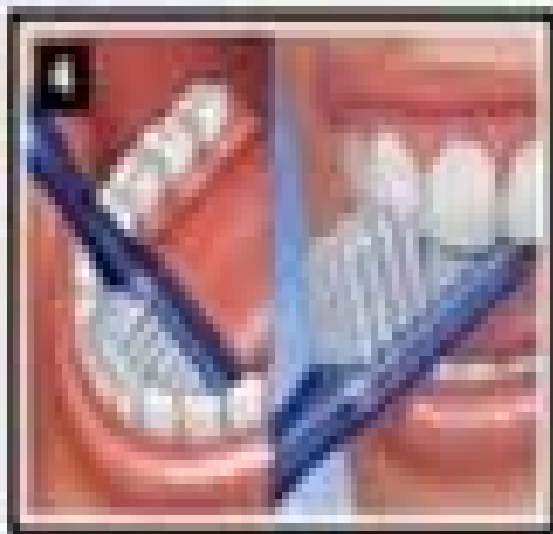
ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

- Στοματική υγιεινή σημαίνει κυρίως καθημερινή φροντίδα των δοντιών.
- Αυτό γίνεται με καθημερινό και σωστό βούρτσισμα των δοντιών, με χρήση οδοντικού νήματος και στοματικών διαλυμάτων, αλλά και συχνές επισκέψεις στον οδοντίατρο.

ΤΙ ΕΞΑΣΦΑΛΙΖΕΙ Η ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

- Η σωστή στοματική υγιεινή εξασφαλίζει στόμα υγιές και ευχάριστη αναπνοή. Αυτό σημαίνει:
 - 1. Δόντια καθαρά χωρίς υπολείμματα τροφών
 - 2. Ούλα χρώματος ροζ που δεν ματώνουν
 - 3. Ευχάριστη αναπνοή





άνω γνάθος



κεντρικός τομέας

9.6

7.0

πλάγιος τομέας

12.4

8.0

κυνόδοντας

18.3

11.0

1ος γομφίος

15.7

10.0

2ος γομφίος

26.2

10.5

Εμφάνιση
(σε μήνες)

Πτώση
(σε χρόνια)

κάτω γνάθος



2ος γομφίος

26.0

11.0

1ος γομφίος

15.1

10.0

κυνόδοντας

18.2

9.5

πλάγιος τομέας

11.5

7.0

κεντρικός τομέας

7.8

6.0

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΤΗ Η ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΤΗΣ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΥΣΤΕΡΑ ΑΠΟ 9 ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ(ΑΚΟΜΑ ΚΑΙ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΜΕ ΒΑΡΙΑ ΝΟΗΤΙΚΗ ΣΤΕΡΗΣΗ)
- ΟΣΟ ΝΩΡΙΤΕΡΑ ΑΡΧΙΖΟΥΜΕ ΤΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΤΟΣΟ ΠΙΟ ΕΥΥΚΟΛΟ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΓΙΝΕΙ ΣΥΝΗΘΕΙΑ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ.
- Η ΠΡΟΛΗΨΗ ΕΞΑΣΦΑΛΙΖΕΙ ΥΓΙΗ ΧΑΜΟΓΕΛΑ, ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ.
- Η ΠΡΟΛΗΨΗ ΣΤΟΥΣ ΕΙΔΙΚΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΚΑΤΟΧΥΡΩΝΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΔΙΑΚΥΡΗΞΗ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ.
- ΕΛΕΓΧΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΕΞΑΣΦΑΛΙΖΟΥΜΕ ΛΙΓΟΤΕΡΕΣ ΤΕΡΗΔΟΝΕΣ ΚΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΕΛΕΓΧΟ ΤΗΣ ΓΕΝΙΚΗΣ ΤΟΥΣ ΥΓΕΙΑΣ.

