

Какие зубы прочнее?

Первые зубы у малыша прорезываются в 6 месяцев, и к двум годам у ребёнка бывает до двадцати зубов. Дорогие мамы, помните, что зубы Вашего ребёнка тем лучше, чем больше строительного материала – микроэлементов – поступает в организм до рождения и в первые годы жизни ребёнка.

Основной строительный элемент зубов – кальций, биогенный элемент, постоянно присутствует в тканях растений и животных. Очень важный компонент минерального обмена животных и человека – кальций, в организме разнообразные функции. В составе аппетита, сульфата и карбоната кальций образует минеральный компонент костной ткани. В организме человека весом 70 кг в норме содержится около 1 кг кальция. Он участвует в работе ионных каналов, осуществляющих транспорт веществ биологические мембраны, в передаче нервного импульса. В процессах свертывания крови и оплодотворения. Регулирует обмен кальция в организме кальциферолы (витамин D).

Но если кальций является основным строительным материалом зуба, то фтор обеспечивает прочность этой основы. Если фтор поступает в организм ребёнка в достаточном количестве, то его зубы будут более крепкими и устойчивыми к кариесу. Если сложить стену из кирпичей, не посадив их на раствор, то такая стена развалится. Таким своеобразным «раствором», который скрепляет между собой структурные единицы зуба, и является фтор. Этот микроэлемент поступает в организм человека с питьевой водой. К сожалению, пищевых продуктов, содержащих достаточное количество фтора, не существует.

Всемирная Организация Здравоохранения рекомендует использовать воду с содержанием фтора 1,5 мг/л. Если в вашем регионе содержание фтора в воде ниже, то после предварительной консультации со стоматологом ребёнку необходимо принимать фтор в таблетках.

