

# Щетку, пасту от души полюбите, малыши!

*Галина Михайловна Суворова,  
воспитатель гр. «Звёздочка»*

- Не поздно ли начинать чистить зубы в два года?

— Начинать нужно сразу после их прорезывания. Только, конечно, не щеткой и пастой. Поверхность зубика следует осторожно протирать ватным тампоном.. Благодаря этому ребенок привыкает к ощущению чистой ротовой полости. А также к постороннему присутствию во рту. Позже он будет легче чистить зубы, и стоматологические процедуры будут восприниматься не так остро.

Типичная ошибка родителей — запугивание ребенка зубным врачом, чтобы заставить его чистить зубы. Возникает вопрос, что же скажут папа с мамой малышу позднее, когда ему придется посещать стоматолога. Лучше найти способ превращения чистки зубов в игру.

Вот несколько способов, которые помогут сделать процедуру чистки зубов веселым и приятным занятием.

1. Дайте ребенку самому выбрать его личную щетку, пасту и даже стаканчик для полоскания или табуретку, с которой кроха сможет видеть в зеркало, как он чистит зубы.
2. Если малыш любит, чтобы ему читали сказку, рассказали историю или спели перед сном, делайте это только после того, как он умылся и почистил зубы.
3. Нарисуйте веселую табличку, где будет указано все, что нужно делать каждый день, включая чистку зубов утром и вечером. Пусть ребенок помечает разноцветными звездочками то, что уже сделано.
4. Чистите свои зубы одновременно с малышом, что поможет ему увидеть, насколько это важно для вас и как это правильно делать.
5. Вместе почистите зубы любимой кукле или мишке. Можно даже использовать искусственные или игрушечные зубы, на которых вы сможете показать, как правильно их надо чистить.