

FLUORYZACJA W SZKOLE

W związku z pandemią SARS-Cov-19 profilaktyka próchnicy zębów metodą nadzorowanego szczotkowania preparatami fluorkowymi w szkole zostaje **wstrzymana do odwołania.**

Próchnica zębów jest najczęściej występującym problemem zdrowotnym u dzieci i młodzieży szkolnej. Wyróżniono trzy główne zasady zapobiegania próchnicy zębów i chorobom przyzębia:

- higiena osobista jamy ustnej ma na celu niedopuszczenie do tworzenia na zębach i dziąsłach bakteryjnej płytki nazębnej oraz dokładne i szybkie jej usuwanie przez umiejętnie i częste oczyszczanie wszystkich powierzchni zębowych,
- racjonalne odżywianie-ograniczenie spożywania między posiłkami słodczy, spożywanie produktów zawierających dużo białka i składników mineralnych, m.in. wapnia, fosforu, magnezu, żelaza i fluoru oraz witamin A, D, C,
- profilaktyka fluorkowa - Fluor jest jednym z pierwiastków śladowych, zmniejszających podatność szkliwa zębów mlecznych i stałych na działanie czynników odwapniających i próchnico twórczych. W jamie ustnej fluor działa przeciwbakteryjnie, osłabiając zdolności fermentacyjne bakterii oraz hamując wytwarzanie kwasów przez bakterie.

W związku z powyższym zaleca się przeprowadzenie fluoryzacji u dzieci klas I – VI w warunkach domowych. Sposób wykonania:

- Płyn do fluoryzacji Fluormex można zakupić w aptece.
- Korzystne jest wyczyszczenie zębów przed zabiegiem.
- Na nową szczoteczkę (stosowaną tylko do fluoryzacji) nanosi się 6 kropli płynu i szczotkuje zęby przez 3 minuty.
- Nie połykać płynu podczas szczotkowania.
- Po zakończeniu mycia należy wypłuć ślinę. Nie płukać jamy ustnej i nie jeść przynajmniej przez pół godziny po zabiegu.
- Zabieg fluoryzacji przeprowadzić sześciokrotnie w ciągu roku szkolnego w odstępach 6 tygodniowych.
- Podczas fluoryzacji dzieci muszą być nadzorowane przez dorosłych.

**Pielęgniarka
Elżbieta Jakimiec**