

★ Ярмарка идей – 2026



# Зачем чистить зубы? Что такое кариес?

Исследовательский проект

Лиза и Ульяна Демьянец  
Ученицы 2 «А» класса, СОШ №18 г.Обнинск





# Почему важны здоровые зубы?



Мы жуём, говорим и красиво улыбаемся!



Чистые зубы — это свежее дыхание.



Микробы боятся зубной щётки и пасты.

## © ЦЕЛЬ НАШЕГО ПРОЕКТА:

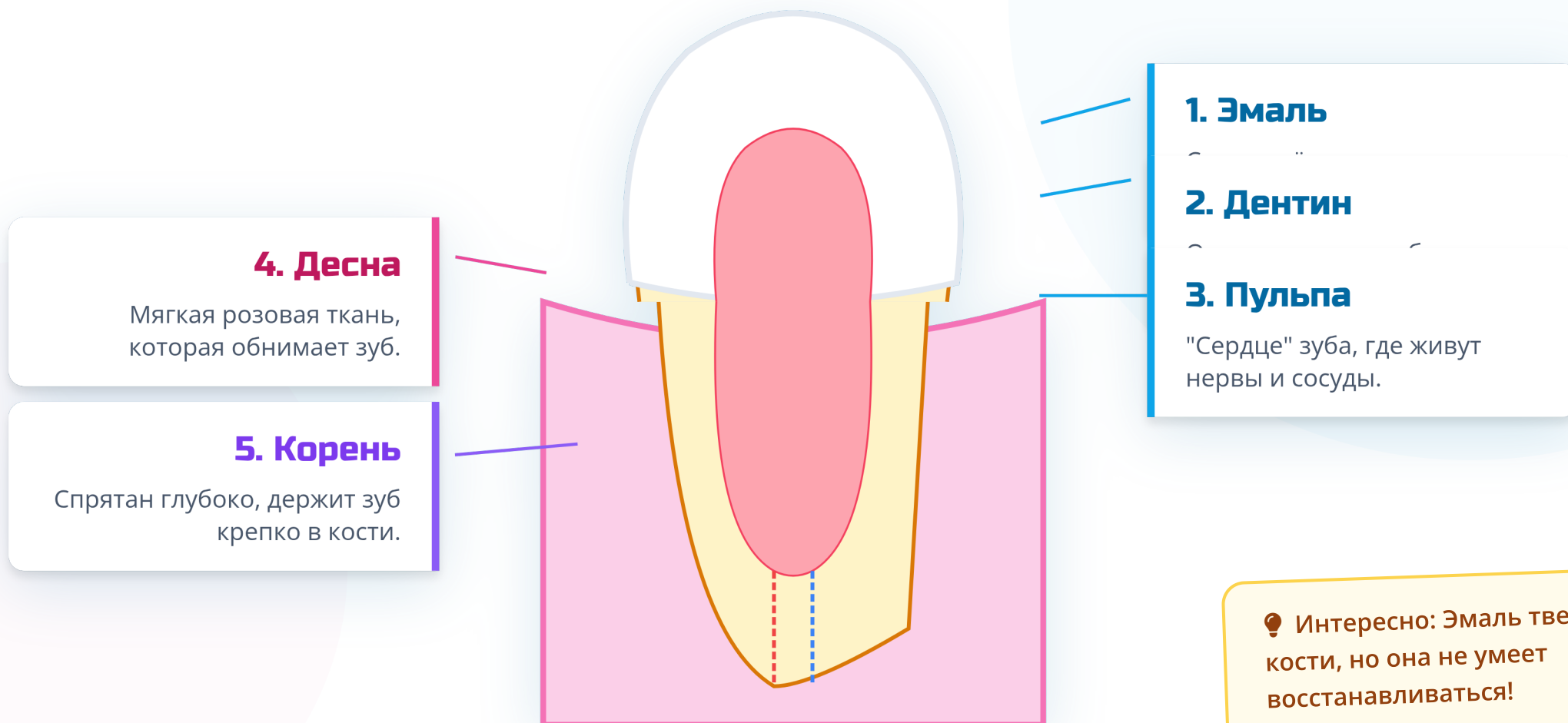
Узнать строение зуба, что такое кариес и научиться правильно ухаживать за зубами.





# Строение зуба

Давайте заглянем внутрь зуба! Он похож на слоеный пирог 🦷





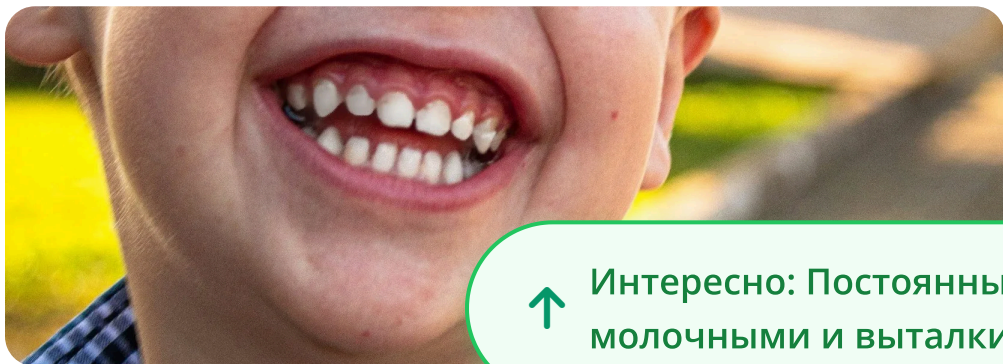
# Молочные и постоянные зубы

Как происходит смена зубов и почему это важно?



## Молочные зубы

- ✓ Всего 20 зубов у детей
- ✓ Появляются с 6 месяцев
- ✓ Начинают выпадать в 5-6 лет
- ✓ Эмаль тоньше и нежнее



## Постоянные зубы

- ✓ До 32 зубов у взрослых
- ✓ Растут на всю жизнь!
- ✓ Крепче и больше по размеру
- ✓ Нуждаются в тщательной защите

VS



Интересно: Постоянные зубы растут прямо под молочными и выталкивают их!

# ЧТО ТАКОЕ КАРИЕС?

Это болезнь зуба, которая развивается постепенно. Врага нужно знать в лицо!



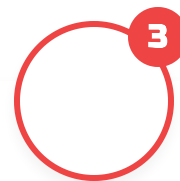
## Зубной налёт

После еды на зубах остаются микробы. Они едят сахар и выделяют кислоту.



## Пятно на эмали

Кислота разрушает эмаль. Появляется белое или тёмное пятнышко.



## Дырочка

Эмаль проламывается. Появляется "дупло". Зуб начинает болеть от сладкого.



## Глубокий кариес

Микробы добрались до нерва! Сильная боль. Срочно к врачу ставить пломбу!

 Совет: Лучше убрать налёт щёткой, чем лечить дырочку у врача!



# Наше исследование

Как ученики 2 "А" класса ухаживают за зубами?

 **28 учеников**



**28**

Всего детей



**15 мальчиков**



**13 девочек**



**22**

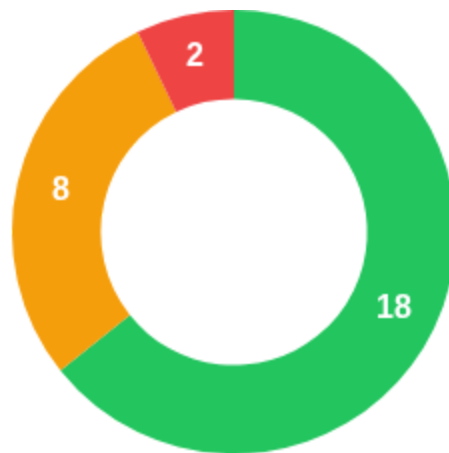
Были у стоматолога



**9**

Есть кариес

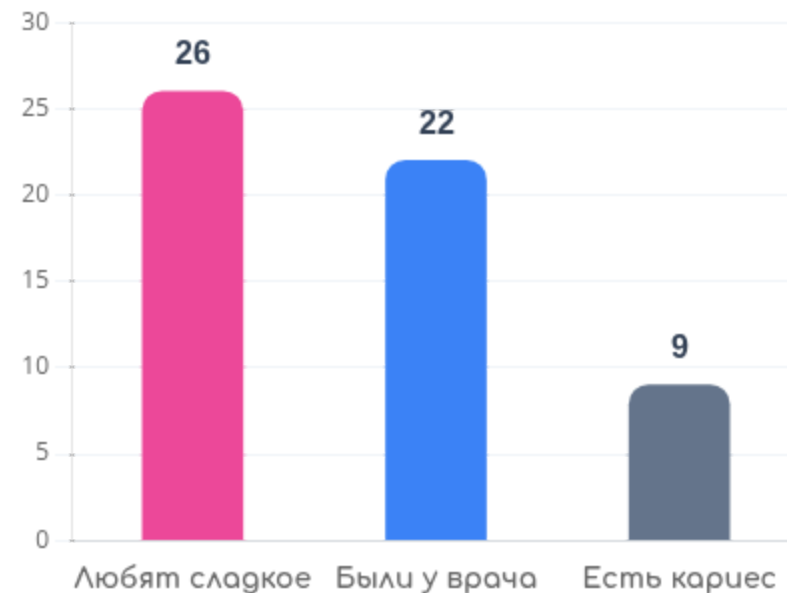
Сколько раз чистят зубы?



 2 раза в день

 1 раз в день

Полезные и вредные привычки



 Почти все дети (26 из 28) очень любят сладкое! 🍬

# КАК ПРАВИЛЬНО ЧИСТИТЬ ЗУБЫ

6 простых правил для идеальной улыбки!



## Время

Чисти зубы 2 раза в день: утром после завтрака и вечером перед сном. Ровно 2-3 минуты!



## Инструменты

Выбирай мягкую детскую щётку. Пасты нужно совсем немного — с горошину.



## Движения

Чисти "выметающими" движениями от десны к краю зуба. И круговыми по жевательной части.



## Язык

Не забудь почистить язык! На нём тоже прячутся микробы.



## Полоскание

После сладкого обязательно прополощи рот водой, чтобы смыть сахар.



## Новая щётка

Меняй зубную щётку каждые 3 месяца, когда щетинки "лохматятся".

# ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О ЗУБАХ

А вы знали, что наши зубы умеют удивлять? 🤔



## Твёрже кости

Зубная эмаль — самая твёрдая ткань в организме человека. Она прочнее, чем кости!



## 20 против 32

У детей вырастает 20 молочных зубов, а у взрослых — целых 32 постоянных зуба.



## Супер-слюна

Слюна защищает зубы! Она смывает остатки пищи и помогает эмали быть крепкой.



## Налёт — это домик

Зубной налёт — это "домик" для микробов. Когда мы чистим зубы, мы ломаем их дома.





# НАШИ ВЫВОоды И СОВЕТы

Что нужно делать, чтобы зубки были здоровыми?



Чистим зубы утром и вечером каждый день!



Едим меньше сладкого между приёмами пищи.



Пьём чистую воду вместо сладкой газировки.



Ходим к стоматологу 2 раза в год на осмотр.



Бережём молочные зубы — они важны для прикуса!



Будьте здоровы! 👍

# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Берегите свои зубки и улыбайтесь чаще! 😊



*Здоровые зубы – это красиво!*

**Работу выполнили: Лиза и Ульяна  
Демьянец**

2 "А" класс, СОШ №18, г. Обнинска



Готовы ответить на  
вопросы!