

## Trudnoća i zubi

Trudnoća je vrijeme u kojem intenzivno rastu i razvijaju se sva tkiva organizma budućeg djeteta, pa tako i osnove za sve mliječne i neke trajne zube.

## Posjet doktoru dentalne medicine

Prvi posjet doktoru dentalne medicine mora se obaviti u dobi između 6. mjeseca i navršene prve godine djeteta. Prvi posjet nije traumatičan i čini temelj za buduću dobru suradnju djeteta s doktorom dentalne medicine! Doktor dentalne medicine će tada obaviti pregled i uputiti roditelje u pravilan način provođenja oralne higijene i pravilan način prehrane.



## NE ZABORAVITE!

Ne uspravljajte dijete „na bočicu“!  
Djetetu redovito čistite zube!  
Redovito posjećujte doktora dentalne medicine!

## Razvoj zuba

Zamci mliječnih zuba pojavljuju se u 4. tjednu trudnoće, a ugradnja minerala (mineralizacija) počinje između 4. i 5. mjeseca trudnoće. U tom periodu pojavljuju se i zamci trajnih zuba. Mineralizacija zametaka trajnih zuba počinje pred kraj trudnoće i nastavlja se nakon rođenja.

## Prehrana trudnice

Prehrana trudnice bogata bjelančevinama, vitaminima i mineralima omogućava pravilnu i potpunu mineralizaciju zuba koji se stvaraju. Kalcij, fosfor i fluor minerali su potrebni za razvoj zuba i razvoj koštanog sustava.



Važnost  
oralnog  
zdravlja  
u trudnoći



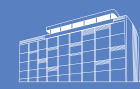
NASTAVNI ZAVOD ZA  
JAVNO ZDRAVSTVO

Nastavni zavod za javno zdravstvo  
Primorsko-goranske županije  
Krešimirova 52A, 51000 Rijeka  
[www.zzjzpgz.hr](http://www.zzjzpgz.hr)

KBCri

FDMri

primorsko  
goranska  
županija

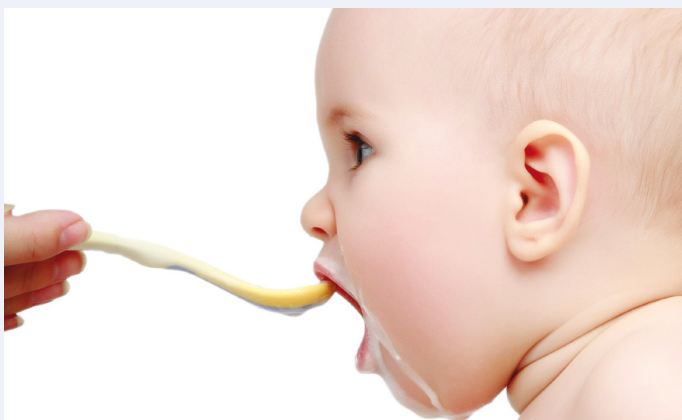


NASTAVNI ZAVOD ZA  
JAVNO ZDRAVSTVO

PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

## Prehrana djeteta

Dojenje je najbolji način prehrane djeteta. Osim što omogućava dobivanje svih hranjivih tvari, ono potiče i razvoj mišića usta, čeljusti i nepca. Razvoj mišića usta utječe na oblikovanje i veličinu čeljusti te smještaj zuba u njima. Kada dijete počne dobivati i drugu hranu, potrebno je izbjegavati sve mliječne šećere u jelu i piću. Sva pića, osim vode i mlijeka, trebaju se smatrati samo sporednim napitcima - davati ih samo uz obrok. Zaašećerani proizvodi nisu potrebni za razvoj pa ih treba konzumirati tek povremeno, ne svaki dan. Kod djece starije od godine dana treba izbjegavati slatke napitke jer su inače zubi predugo izloženi djelovanju šećera. To je vrijeme kad se mogu početi upotrebljavati didaktičke šalice.



## Nicanje zuba

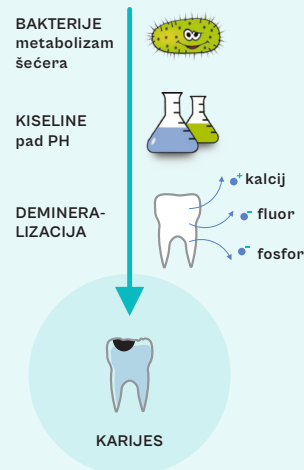
Mliječni zubi počinju nicati oko 6. mjeseca života. Ponekad mogu niknuti i kasnije, čak u dobi djeteta od oko godine dana. Tijekom nicanja zuba mogu se javiti nemir, pojačano lučenje sline, crvenilo, otok. Nicanje zubi ne uzrokuje povišenu temperaturu, proljev, osip ili slične simptome.

### Tegobe pri nicanju mogu se ublažiti:

1. masažom: na prst omotati čistu gazu umočenu u hladnu vodu,
2. gumenim hladnim prstenima,
3. preparatima za olakšavanje nicanja zuba.

## Nastanak karijesa

U ranom djetinjstvu glavni uzročnik karijesa, bakterija *Streptococcus mutans*, naseljava se na zube. Najčešće se prenosi s majke na dijete i to čišćenjem dudice i žlice lizanjem, probavljanjem hrane djeteta, dopuštajući bebi da odrasloj osobi gura prste u usta. Otvoreni karijesni zubi roditelja pogotovo su zarazni - preporučuje se što brže saniranje.



## Karijes bočice

To je osnovni i najčešći problem u ranoj dječjoj stomatologiji! Još se naziva i karijes dojenja i dudanja ili cirkularni karijes. Glavni su uzročnici njegovog nastanka uspavlivanje djeteta "na bočicu", dugotrajno svakodnevno korištenje zaslađene dudice/bočice, noćni obroci (zaslađeni napici) te neodržavanje higijene zuba.



Najčešće su zahvaćeni gornji sjekutići (donje zube štite jezik i usna), a može izgledati različito, kao:

- bijela kredasta crta uz rub zubnog mesa,
- žuto-smeđa oštećenja uz rub zubnog mesa,
- potpuno uništene krune zuba ("zubi se tope").

## Higijena usne šupljine

### Prije nicanja zuba

Usnu šupljinu treba održavati čistom pomoću gaze namotane oko prsta.

### Nakon što nikne prvi zub

Počinje se koristiti zubna četkica koja je prilagođena uzrastu djeteta. Tako se od najranijih dana stječe navika četkanja zuba.



## Važnost mliječnih zuba

Mliječni zubi vrlo su važni u rastu, razvoju i funkcioniranju dječjeg organizma zbog njihove uloge u:

- prehrani,
- razvoju govora,
- razvoju čeljusti,
- psihološkom razvoju.

To su sve razlozi za bezuvjetno čuvanje mliječnih zuba do njihove prirodne izmjene s trajnim nasljednicima.