



I consigli del Farmacista

IGIENE ORALE DEI BAMBINI

Dai 2 ai 4 anni

I genitori devono abituare i figli a lavare i denti. È una regola che non ammette deroghe. Sino almeno ai 3 anni lavate voi i denti dei figli, insegnando loro pian piano come si fa. Da privilegiare spazzolini con setole medie adatti alla prima infanzia. Cambiare lo spazzolino ogni tre mesi.

Dai 4 ai 10 anni

In teoria i bambini dovrebbero fare da soli, ma è sempre bene controllare che puliscano i denti a fondo dopo i tre pasti principali. Se sono all'asilo piuttosto che usino lo spazzolino di un compagno è meglio che saltino un turno di pulizia. Fondamentale lavarsi i denti la sera perché di notte i batteri hanno maggiore tempo per fare danni.

In caso di apparecchio correttivo (dai 4 anni in su) possono sorgere problemi di igiene, non accurata, e di sanguinamenti delle gengive (dove provano dolore i bambini non spazzolano). Compito dei genitori è il controllo della pulizia. Attenzione agli spazzolini che si deteriorano dopo un mese, sintomo di un cattivo impiego, anche per l'apparecchio ortodontico.



DURATA DELLA PULIZIA

La regola vuole due minuti ogni volta, con la pulizia dei quattro quadranti della bocca. Trenta secondi ciascuno per metà arcata, superiore e inferiore. Attenzione alla pulizia dei denti che non si vedono, quelli posteriori, e il loro interno. I denti superiori vanno spazzolati dall'alto in basso, quelli inferiori dal basso in alto. Questo per massaggiare al meglio le gengive.

Dentifrici e collutori

Suggeriti i dentifrici al fluoro in vendita in farmacia, così come i collutori "medicalizzati" sempre in farmacia.

Filo interdentale

Da usare nei rari casi di malocclusione. La natura con i denti decidui (da latte) garantisce spazi interdentali ben protetti, in presenza di gengive sane e di giusta altezza. Utile lo spazzolino per la lingua, che toglie una serie di impurità e di batteri.

Spazzolini elettrici

I dentisti li raccomandano anche ai bambini, gli igienisti chiedono che imparino prima a usare correttamente il normale spazzolino. Si può iniziare con lo spazzolino tradizionale per poi passare, come un premio, a quello elettrico, che garantisce, per i sistemi rotanti e i ciuffetti che arrivano ovunque, un'igiene accuratissima.