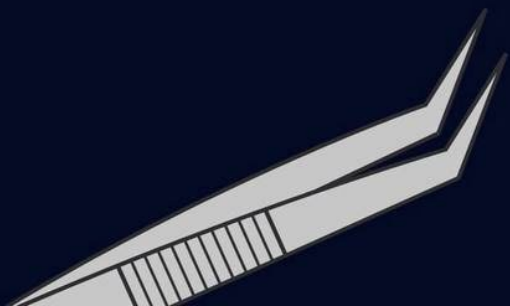




# ПРИЧИНЫ, ВЫЗЫВАЮЩИЕ ИЗМЕНЕНИЕ ЦВЕТА ЭМАЛИ ЗУБОВ:

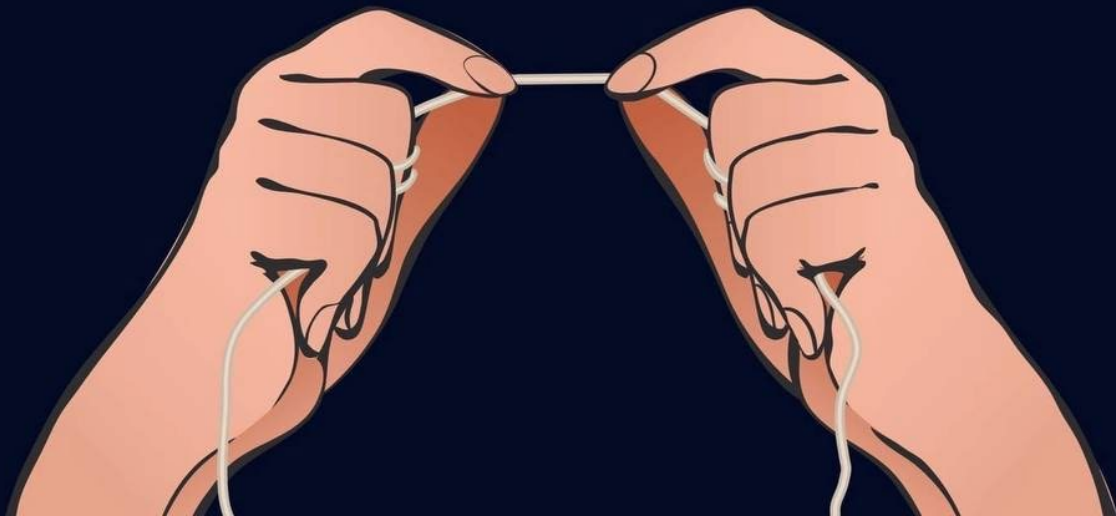
- УПОТРЕБЛЕНИЕ КРАСЯЩИХ ПРОДУКТОВ;
- КУРЕНИЕ;
- НЕДОСТАТОЧНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА;
- СИСТЕМНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ;
- ПРИЕМ МЕДИКАМЕНТОВ;
- ПОРАЖЕНИЕ ЗУБНОЙ ЭМАЛИ, СВЯЗАННОЕ С ПОСТОЯННЫМ И ДЛИТЕЛЬНЫМ ПОПАДАНИЕМ В ОРГАНИЗМ ИЗБЫТОЧНОГО КОЛИЧЕСТВА ФТОРА;
- ПРОВЕДЕНИЕ ОПРЕДЕЛЕННЫХ МЕДИЦИНСКИХ ПРОЦЕДУР.





# ПОЧЕМУ НА ЗУБНОЙ ЭМАЛИ ПОЯВЛЯЮТСЯ ТРЕЩИНЫ?

- НЕПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ;
- ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ: ОТКРЫВАНИЕ ЗУБАМИ КРЫШЕК,  
РАСКАЛЫВАНИЕ ОРЕХОВ;
- НЕДОСТАТОЧНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА;
- БРУКСИЗМ — НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ СКРЕЖЕТАНИЕ ЗУБАМИ,  
ВОЗНИКАЮЩЕЕ ВО СНЕ ПО ПРИЧИНЕ СПАЗМА  
ЖЕВАТЕЛЬНЫХ МЫШЦ.





# КАК СОХРАНИТЬ ЗУБНУЮ ЭМАЛЬ?

- ПРОХОДИТЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ОСМОТР РАЗ В ПОЛГОДА;
- СОБЛЮДАЙТЕ ГИГИЕНУ ПОЛОСТИ РТА;
- ВЫБРАТЬ ЗУБНУЮ ЩЕТКУ И ПАСТУ ПОМОЖЕТ ВАШ СТОМАТОЛОГ;
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ ИРРИГАТОР И ЗУБНУЮ НИТЬ ДЛЯ БОЛЕЕ ТЩАТЕЛЬНОГО ОЧИЩЕНИЯ;
- МЕНЯЙТЕ ЗУБНУЮ ЩЕТКУ КАЖДЫЕ 1,5 МЕСЯЦА.





# РАЦИОН ПИТАНИЯ ДОЛЖЕН БЫТЬ ПОЛНОЦЕННЫМ И СБАЛАНСИРОВАННЫМ:

- НАПИТКИ, СОДЕРЖАЩИЕ ФРУКТОВЫЕ КИСЛОТЫ,  
ЛУЧШЕ ПИТЬ ЧЕРЕЗ СОЛОМИНКУ;
- ПОЛЕЗНЫ ПРОДУКТЫ С ВЫСОКИМ СОДЕРЖАНИЕМ  
КАЛЬЦИЯ;
- ОГРАНИЧЬТЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПРОДУКТОВ С ПОВЫШЕННЫМ  
СОДЕРЖАНИЕМ УГЛЕВОДОВ.



ДЛЯ ЗУБНОЙ ЭМАЛИ  
ПРЕДСТАВЛЯЮТ ОПАСНОСТЬ КАК  
СЛИШКОМ ГОРЯЧИЕ  
НАПИТКИ И ПИЩА,  
ТАК И СЛИШКОМ ХОЛОДНЫЕ.