Warszawa, czerwiec 2018

**Jak przygotować dziecko do dbania o zęby podczas wakacyjnych wyjazdów bez rodziców?**

**Kolonie, obozy sportowe i inne formy wyjazdów bez rodziców sprzyjają dziecięcej niezależności. Dotyczy to też wielu codziennych czynności, w tym samodzielnego dbania o higienę jamy ustnej. Aż 73%[[1]](#footnote-1) pytanych mam deklaruje, że wie w jaki sposób ich pociecha dba o zęby poza domem. Jednak nie zawsze można mieć pewność, że dziecko robi to prawidłowo. Dlatego warto zapewnić mu możliwie najlepsze wsparcie w tym zakresie – nie tylko na czas wakacyjnych eskapad.**

**Najczęstsze błędy popełniane przez dzieci w dbaniu o zęby**

Dbanie o higienę jamy ustnej nie może być objęte wakacyjną beztroską. Tymczasem dzieci – bez opieki rodziców, popełniają w tym zakresie sporo błędów. Tymi najczęściej wymienianymi przez mamy są: **zbyt krótki czas lub niedokładność szczotkowania zębów** – tak wskazuje ponad 60% badanych.[[2]](#footnote-2) Jednak to nie jedyny problem.   
– *Z mojego doświadczenia wynika, że dzieci nie tylko niedokładnie wykonują czynności związane z higieną jamy ustnej, ale bywa też, że zupełnie o nich zapominają, lub – korzystając z mylnie pojętej wakacyjnej wolności, świadomie ich unikają. Dbania o zęby letnia przerwa nie dotyczy, bo szkodliwe bakterie, które przyczyniają się do powstawania ubytków też jej nie mają.* **– zauważa****Anita Walczak, ekspert marki Dentisal, dyplomowana higienistka stomatologiczna z bogatym doświadczeniem w pracy z małymi pacjentami, Prezydent Polskiej Akademii Profilaktyki Stomatologicznej. I dodaje –** *Jednym z czynników sprzyjających niebezpiecznej aktywności tych bakterii jest długi czas zalegania pokarmu w jamie ustnej. Jeśli zatem, np. po zjedzeniu ulubionych, wakacyjnych przysmaków, dziecko nie zadba odpowiednio o zęby, zwłaszcza wieczorem – gdy organizm wydziela mniej oczyszczającej je śliny, może w efekcie wrócić z wypoczynku z nowymi ubytkami.* **Dlatego, gdy wysyłamy dziecko na wyjazd, podczas którego nie będziemy mieć kontroli nad tym, w jaki sposób dba o zęby, dobrze jest zapewnić mu w tym względzie możliwie najlepsze wsparcie.**

**O co zadbać przed wyjazdem?**

Ekspert radzi, na co zwrócić uwagę i o co zadbać jeszcze przed wyjazdem naszej pociechy **– Z*acznijmy od wcześniejszej wizyty u specjalisty:*** *stomatologa lub higienistki stomatologicznej. Dzięki temu, w razie ewentualnych problemów będzie czas na reakcję jeszcze przed planowaną wycieczką. Zwróćmy też* ***większą uwagę na to, w jaki sposób podczas wieczornych rytuałów dziecko wykonuje poszczególne czynności związane z higieną jamy ustnej****. To dobry moment, aby skorygować jego ewentualne niedociągnięcia. Poza tym, mimo że nie będziemy mogli kontrolować diety dziecka postarajmy się uczulić je, by podczas wyjazdu wypijało odpowiednią ilość płynów, bo wspomaga to m.in. wydzielanie śliny. Zadbajmy także,* ***żeby w jego kosmetyczce nie zabrakło odpowiednich przyborów*** *do higieny jamy ustnej. Niech będą dla dziecka atrakcyjne, kolorowe – np. ozdobione postaciami z ulubionych bajek czy filmów, dzięki temu chętniej po nie sięgnie.*

**Dodatkowe wsparcie dziecięcej samodzielności**

Jak podkreśla ekspert, wyjazd nie powinien być wymówką dla dziecka, aby przestać dbać o zęby. Jednak mając świadomość, że bez pomocy rodziców może popełniać więcej błędów, **Anita Walczak proponuje proste rozwiązanie, będące doskonałym wsparciem nie tylko na czas wakacji** – *Jeśli chcemy dodatkowo wspomóc ochronę* *zębów dziecka,* ***to warto, aby w plecaku podróżnym znalazło się opakowanie pastylek zawierających szczep bakterii Streptococcus salivarius M18.*** *Skuteczność działania tego szczepu potwierdzają badania naukowe.[[3]](#footnote-3) Wykazano   
m. in., że* ***kolonizując w nocy jamę ustną może on pomóc zredukować płytkę nazębną nawet o 50%, a także nawet ponad 3-krotnie zwiększyć szansę na uniknięcie nowych ubytków.[[4]](#footnote-4)***

Jedynym produktem na rynku, który zawiera wspomniany przez eksperta dobroczynny szczep *Streptococcus salivarius M18* jest Dentisal. To suplement diety, przeznaczony dla wszystkich dzieci powyżej 3. roku życia oraz osób dorosłych, w celu uzupełnienia codziennej higieny jamy ustnej. Jego **zastosowanie jest bardzo proste** – wystarczy, aby dziecko **przed snem, po wieczornym umyciu zębów, ssało przez ok. 5 min pastylkę** preparatu, która ma lubiany, truskawkowy smak. Ważne też, by potem już nic nie jadło ani nie piło. **W ten prosty sposób dobroczynny szczep będzie mógł skolonizować skutecznie jamę ustną dziecka, podczas gdy nasza pociecha będzie odpoczywać po pełnym atrakcji dniu.**

Dentisal zawiera szczep *Streptococcus salivarius* M18 oraz witaminę D.

\*Witamina D pomaga w utrzymaniu zdrowych zębów. Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Należy pamiętać, że zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia mają istotne znaczenie.

Kontakt dla mediów:

**PR Hub sp. z o. o.**

**Anna Dziemidowicz, Specjalista ds. Komunikacji**

e-mail: [anna.dziemidowicz@prhub.eu](mailto:anna.dziemidowicz@prhub.eu)

tel. 733 000 837

**Dentisal**

**Dorota Liszka, Manager ds. Komunikacji Korporacyjnej**

e-mail: d.liszka@maspex.com

tel.: 33 870 82 04

**O firmie Polski Lek S.A.**

Polski Lek S.A. – to firma obecna na rynku od 18 lat. Specjalizuje się w dostarczaniu innowacyjnych produktów przeznaczonych dla najbardziej wrażliwych grup konsumentów takich jak kobiety w ciąży, niemowlęta i dzieci. Spełnia ona najwyższe światowe standardy w zakresie wytwarzania i zarządzania jakością, które dają gwarancję najwyższej jakości surowców. Produkty firmy zostały opracowane na podstawie badań naukowych i przy wsparciu najlepszych specjalistów.

1. Badanie wiedzy mam na temat higieny jamy ustnej u dzieci, przeprowadzone przez IQS Sp. z o. o. Dla marki Dentisal, metoda ilościowa CAWI, próba N = 200 [↑](#footnote-ref-1)
2. Ibidem [↑](#footnote-ref-2)
3. Di Pierro F. i wsp. Clinical, Cosmetic and Investigational Dentistry 2015; 7: 107-113.; Burton J. i esp. PLOS ONE June 2013. Volume 8, Issue 6.; Scariya L. i wsp. Int J Pharm Bio Sci 2015 Jan; 6(1): (P) 242-250.; Burton J. i wsp. Journal of Medical Microbiology (2013); 62: 875-884. [↑](#footnote-ref-3)
4. <https://www.dovepress.com/cariogram-outcome-after-90-days-of-oral-treatment-with-streptococcus-s-peer-reviewed-fulltext-article-CCIDE> [↑](#footnote-ref-4)