

**«Жамбыл облысы әкімдігінің білім басқармасы Мойынқұм ауданының
білім бөлімінің «Балдәурен» балабақшасы» МКҚК**

**«Балаңыздың тісі ауырса...»
Кенес**

Медбике: З. Бульдешова

Биназар ауылы 2021ж

Балаңыздың тісі ауырса...

Тістің ең көп тараған аруларының бірі - тістің ішін үнгіп жеп қоятын кариес (жегі) болып табылады.

Бұл ауру басталғанда тіс ыстық немесе суық, қышқыл не тұзды тамақ ішкен кезде қақсайды. Егер мұндай тіске пломба салғызбаса, онда тіс одан әрі бұзыла береді де, оның ішінде тістің жүйке талшықтарының қабынуының күрделі процесі жүреді. Қабыну тістің түбіріне жетіп, жақ сүйектеріне ауысады, тіс түбірінің үстіңгі жағын іріңдетеді. Содан ірің сүйектен өтіп, қызыл иекке шабады. Сөйтіп, сүйектің құрт жеген тесігі арқылы іріні ауызға кететін флюс (ісік) осылай пайда болады.

Қабыну асқынған жағдайда ірің мұрынның қосалқы қуысының шырышты қабығына, көмекей безге, есту және көру мүшелеріне өтіп, гайморит, тонзиллит, отит сияқты және басқа да ауруларға ұшыратады. Сонымен бірге, ауырған тістен микробтар қанның ағысы арқылы дененің кез келген бөлігіне тарайды. Сөйтіп, іріңді менингит, ми абсцессін, зардапты панкреатит, тіпті сепсиске (қанның зақымдануы) ұласып кетуі мүмкін. Балалардың тіс жегісі қай кезде пайда болады? Әдетте, тіс жегісі 2-3 жастан асқан балаларда байқалады. Шамамен 10-12 жасқа келгенде сүт тістері толық алмасып болғаннан кейін тіс жегісіне шалдығу қайтадан күшейе түседі.

Тіс жегісінің себептері өте көп әрі алуан түрлі. Оның таралуы климат жағдайына, ауада, топырақта және суда минералды тұздардың болуына, тамақтану сипатына, сонымен бірге, тісті күтуге де байланысты. Тіс жегісі ішетін су мен тамағында фторы аз жерлерде ерекше көп таралады. Тіс арасына тұрып қалған тамақ қалдықтарының шіруі тіс жегісінің пайда болуына тікелей себепші болады. Тамақ қалдықтарының шіріп бұзылуынан балалардың аузынан жағымсыз иіс шығып, тістері бұзыла (тіс жегісіне ұшырай) бастайды.

Тіс жегісінің дамуына жақ сүйектері мен тіс қатарларының қалыпты жағдайдан ауытқулары да себепші болады. Ең жиі кездесетін деформациялардың (пішінінің өзгеруі) бірі - жақ сүйектің алға шығып кетуі, үстіңгі ерінінің тістерді жаппай тұруы, жақ сүйектің екі жағынан бірдей қысылып тұрғандай болып көрінуі, ауыздың үнемі ашылып тұруы прогнатия болып табылады.

Бұл жақ сүйек пішінінің өзгеруінің іштен туа бітуі немесе мешел ауруы салдарынан, баланың бармағын соруға әдеттенуінен пайда болуы мүмкін. Мұрынмен демалуға қиындық келтіретін танау-жұтқыншақ ауруларының салдыранын баланың аузы үнемі ашық болады да негі төмен түсіп кетеді. Егер баланың жақ сүйегі әдеттегіден баяу өсетін болса, онда жаңа жарып шыққан тұрақты тістері өздері орналасатын жеткілікті орын таппай, тіс қатарынан тыс жерден орын іздейді. Соның салдарынан азу тістер қалғандарының қатарынан шығып кетеді, ал күрек тістер аксиып, бірінің үстіне бірі мінгесе өседі. Сөйтіп, тамақ қалдықтары тығылып қалып қоятын

және қандай тәсілмен болса да тазалауға мүмкіндік бермейтін қуыстар пайда болады. Бәрінен бұрын тіс жегісіне сүт тістері шалдығады. Тамақ шайнағанда тісі ауыратындықтан, бала ол тістерді пайдаланбай, тамақты шала шайнап жұта береді.

Бала тісін қалай сақтауға болады? Тістердің бұзылуын тудыратын немесе оған мүмкіндік беретін көптеген себептер емдеу процесін едәуір қиындатады. Сондықтан төмендегі кеңестерді орындау аса тиімді деп саналады:

Балаларға шайнаған кезде екі жақтағы тістері мен жақ сүйектеріне едәуір күш түсетіндей тамақтар беру керек. Сүт тістері шыққан балаларға тамақты майдалап беруге тырыспаңыз. Олар алма, алмұрт, сәбізді және басқа да қатты тамақты өздері жесін. Бұл оларға өте пайдалы. Тамақты қатты шайнау тек сілекейдің бөлінуін ғана емес, сонымен бірге, жағына қанның мол келуін күшейтеді. Сөйтіп жақ сүйектері қалыпты дамиды, кейіннен жарып шығатын тұрақты тістерге орын жеткілікті болады.

Тамақтағы ақуыз, май, көміртегі және минералды тұздардың ара қатынасы дұрыс болса, тістер

қалыпты болып өседі. Бала тістері негізінің қалыптасуына жүкті болған кездің алғашқы аптасынан бастап ықпал ету керек. Ана болуға дайындалып жүрген әрбір әйел еттен, сүттен, өсімдіктен жасалған тамақтарға қоса, міндетті түрде жұмыртқа, көкөніс, жеміс, сүзбе, балық, ет жеп, сүт ішуі керек. Дәрігердің рұқсатынсыз өз бетімен ешқандай дәрі қабылдамауы тиіс. Жүкті әйел үнемі тіс дәрігерінің бақылауында болғаны және оның берген барлық кеңестерін орындап отырғаны жөн. Бұл болашақта бала тістерінің табиғи қасиеттерін жақсартуға көмектесіп, олардың дұрыс өсуін қамтамасыз етеді.

Тіске қандай тамақ өте зиянды? Бұл жөнінде дәрігерлердің пікірі де әртүрлі. Біреулер көмірсу текті тағамдар (крахмал, кант, кәмпит, кондитерлік және ұннан жасалған тағамдар) тісті жиі бұзады деп есептейді. Екінші біреулер қандай тамақ болса да өздігінен тіске зиян келтірмейді, тек тіс арасына тұрып қалып шіритін тамақ қалдықтары ғана зиянды деп санайды. Сондықтан біреулер балаларға тәтті тамақ беруге болмайды десе, екіншілері тәттіге рұқсат етеді. Бірақ тәтті ас ішкеннен кейін ауызды міндетті түрде мұқият шайып, тісті тазарту керек деген талап қояды. Екінші ұсыныс неғұрлым тиімді деп санауға болады. Шындығында балаға тәттіні жегізбеу өте қиын. Сүт тістеріне салғырт қарау тұрақты тістердің бұзылуына әкеп соқтырады. Сондықтан сүт тістері жарып шығысымен-ақ, баланы емізгеннен кейін бір жұтым қайнаған су ішкізіп отыру керек. Тамақ

ішіп болысымен оны аузын шайып отыруға дағдыландыру қажет. 3 жасынан бастап балаға тіс щеткасын сыйлап, таңертен немесе кешке ұйықтар алдында тістерін тазалауға үйретіңіз.

Тісті күту



Суретте
гиперссылка

