Public Health
Seattle & King County

Чистка зубов за столом

Каждое детское учреждение уникально, поэтому приведенные ниже инструкции могут потребовать изменений.

Подготовьтесь

- У каждого ребенка должна быть своя зубная щетка с **четко написанным на ручке именем.** Не разрешается пользоваться общей или чужой щеткой.
- Дети и воспитатели, помогающие детям с выполнением этого действия, должны **вымыть руки перед чисткой зубов**. Воспитатели также могут надеть одноразовые перчатки. (Если чистка зубов происходит после еды, детям не нужно повторно мыть руки перед чисткой зубов.)
- Вымойте, ополосните и дезинфицируйте столы перед чисткой зубов. (Если чистка зубов происходит непосредственно после еды, стол не нужно повторно дезинфицировать перед чисткой зубов.)
- Наполните кувшин чистой водой (например, из крана над раковиной для приготовления пищи или диспенсера для воды).
- Чтобы избежать перекрестного загрязнения, **воспитатель должен нанести фторированную зубную пасту горошинками по ободку чашки или тарелки** (как показано на фото).
  - Для детей до 3 лет→размером с рисовое зернышко
  - Для детей 3-6 лет→размером с горох



Заменяйте зубные щетки каждые 3-4 месяца или раньше срока, если щетка соприкасалась с зубной щеткой другого ребенка или загрязненной поверхностью либо использовалась другим ребенком, или если щетинки стали ломкими или потеряли форму.

Контролируйте чистку зубов

- Воспитатель берет зубную щетку ребенка со стойки, наносит на щетку одну горошину уже выдавленной на тарелку пасты, затем передает ребенку щетку вместе с бумажным стаканчиком с небольшим количеством чистой воды.
- Ребенок начинает чистить зубы с жевательной поверхности, затем по всему рту слева направо и сверху вниз. **Чистка зубов продолжается в течение 2 минут.** *(Воздействие фторированной зубной пасты полезно даже при неправильной технике чистки зубов.)*
- Ребенок делает маленький глоток воды из стаканчика и выплевывает воду и остатки зубной пасты обратно в стаканчик.
- Ребенок держит зубную щетку над специальной емкостью или раковиной для мытья рук, а воспитатель наливает на щетку чистую воду из кувшина, чтобы ее ополоснуть. ***(Никогда не используйте воду из крана для мытья рук при ополаскивании зубной щетки.)***



Наведите порядок

- Ребенок отдает зубную щетку воспитателю, который кладет ее в специально отведенное для ребенка место на сушильную стойку.
- Ребенок выбрасывает бумажный стаканчик.
- Дети моют руки после чистки зубов.
- Стол очищается в три этапа (мытье, ополаскивание, дезинфекция).