



Чищення зубів за Столом

Кожне місце унікальне, тому наведені нижче інструкції можуть змінюватися.

Приготуйте

- ♦ Кожна дитина повинна мати свою власну зубну щітку з **чітким написом її ім'я на ручці**. Ділитися чи позичати щітки заборонено.
- ♦ Діти та вчителі, які допомагають з цим, **повинні мити руки перед чищенням зубів**. Вчителі також можуть надягати одноразові рукавички. (Якщо чищення зубів відбувається після їжі, дітям не потрібно повторно мити руки перед чищенням.)
- ♦ Очистіть, помийте та продезінфікуйте столи перед чищенням зубів. (Якщо чищення зубів відбувається безпосередньо після їжі, стіл не потрібно повторно дезінфікувати перед чищенням.)
- ♦ Наповніть глечик водою з джерела чистої води (наприклад, мийки для приготування їжі або диспенсера для води).
- ♦ Щоб уникнути перехресного зараження, **вчитель розподіляє крапельки фторованої зубної пасти навколо краю чашки чи тарілки** (як показано на малюнку).
 - Молодше 3 років → крапка розміром з рис
 - 3-6 років → розміром з горошину



Замінюйте зубні щітки кожні 3-4 місяці або раніше, якщо вони стикаються із зубною щіткою іншої дитини чи нечистою поверхнею, або ними користується інша дитина, або коли щетинки стають потертими чи зношеними.

Проводьте чищення зубів під наглядом

- ♦ Учитель бере дитячу зубну щітку зі стійки, кладе одну крапку вже дозованої зубної пасти на щітку з тарілки, потім передає дитині її зубну щітку разом із паперовим стаканчиком з невеликою кількістю чистої води.
- ♦ Дитина починає чистити щіткою кусальну поверхню, потім навколо рота зліва направо і зверху вниз. **Чищення триває 2 хвилини.** (Вплив фторованої зубної пасти є корисним навіть при незадовільній техніці чищення зубів.)
- ♦ Дитина робить маленький ковток води з паперового стаканчика і випльовує воду та залишки зубної пасти назад у стаканчик.
- ♦ Дитина тримає зубну щітку над спеціальною ємністю для полоскання або раковиною для миття рук, а вчитель наливає воду з глечика на зубну щітку, щоб промити її. **(Ніколи не використовуйте воду з раковини для миття рук для полоскання зубної щітки.)**



Прибирання

- ♦ Дитина дає зубну щітку вчителю, який кладе її у призначене для неї місце на сушарці.
- ♦ Дитина викидає паперовий стаканчик.
- ♦ Діти мють руки після чищення зубів.
- ♦ Стіл очищається за допомогою 3-етапного процесу (очищення, промивання, дезінфікувати).