

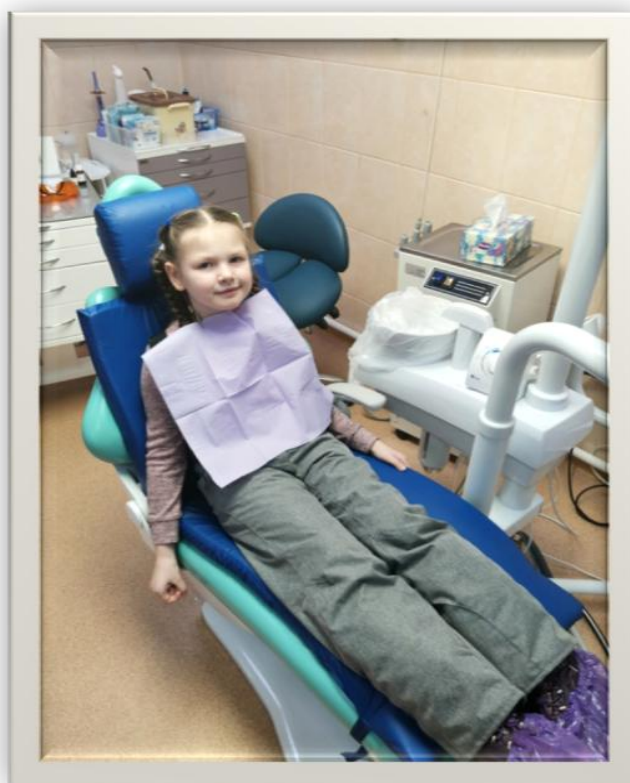
Муниципальная конференция молодых исследователей «Шаг в будущее. Юниор»

Секция: «Естественные науки»

Направление: «Медицина и здоровье сбережение»

Исследовательский проект

«Чтобы зубы не болели»



Автор:

Фадеева Ксения Андреевна

Воспитанница дошкольных групп

муниципального бюджетного образовательного учреждения

«Средняя образовательная школа №5»

Руководители:

Шишова Ольга Владимировна, воспитатель

муниципального бюджетного образовательного учреждения

«Средняя образовательная школа №5»

Фадеева Екатерина Александровна, Мама

Югорск, 2020

«Чтобы зубы не болели»
Фадеева Ксения
ХМАО-Югра, город Югорск
дошкольные группы
муниципального бюджетного образовательного учреждения
«Средняя образовательная школа №5» ,7 лет

Аннотация

Данный исследовательский проект «Чтобы зубы не болели» воспитанника детского сада, направлен на формирование осознанного отношения к своему здоровью. Автор в работе собирает, анализирует информацию, наблюдает за работой стоматолога, проводит анкетирование, опыты. В рамках проекта воспитанник знакомит детей своей группы с результатами своего исследования.

Результатом исследовательского проекта на тему «Чтобы зубы не болели» стала демонстрация воспитанником детского сада презентации своего проекта детям своей группы и памятки с рекомендациями по уходу за зубами изготовленной дома вместе с мамой.

Цель исследовательского проекта: Выяснить, как влияет налёт на зубную эмаль

В соответствии с целью мною были поставлены следующие **задачи:**

- 1.Найти интересные сведения об истории возникновения зубной пасты
- 2.Выяснить состав и свойства зубной пасты
- 3.Посетить стоматологическую клинику
4. Разработать и провести анкетирование в группе детского сада
- 5.Обобщить информацию и сделать выводы
6. Изготовить зубную пасту в домашних условиях, изготовить памятки с рекомендациями по уходу за зубами.

В работе было проведено исследование, как влияет зубной налет на зубную эмаль наших зубов

Практическая значимость Практическая значимость заключается в том, что результаты работы заинтересуют детей, дети научатся правильно чистить зубы, у них повысится интерес к своему здоровью. И возникнет желание ухаживать за своими зубами и быть здоровыми.

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ	6
1.1 Зубной налёт: чем он опасен?	6
1.2 История появления зубной пасты	6
1.3 Состав зубной пасты	7
1.4 Виды зубной пасты	7
ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ЧАСТЬ	8
2.1 Посещение стоматологической клиники	8
2.2. Анкетирование детей подготовительной к школе группе №10	8
ГЛАВА 3. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ	9
3.1 Приготовление зубной пасты в домашних условиях	9
3.2. Изготовление памятки с рекомендациями по уходу за зубами	9
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	10
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	11
ПРИЛОЖЕНИЯ	

«Чтобы зубы не болели»
Фадеева Ксения
ХМАО-Югра, город Югорск
дошкольные группы
муниципального бюджетного образовательного учреждения
«Средняя образовательная школа №5» ,7 лет

ВВЕДЕНИЕ

Знает чуть ли не с пелёнок
 Каждый маленький ребёнок,
 Что от всех зубных напастей
 Помогает щётка с пастой.
 Неужели свои зубы
 По утрам и вечерам
 Ты зубной не чистишь
 пастой?
 Это стыд, позор и срам!
 Э. Кийг

Каждое утро, проснувшись, мы все идем в ванну и чистим зубы. И перед сном мы тоже чистим зубы.

Цель: выяснить, как влияет налёт на зубную эмаль

Задачи:

- 1.Найти интересные сведения об истории возникновения зубной пасты
- 2.Выяснить состав и свойства зубной пасты
- 3.Посетить стоматологическую клинику
4. Разработать и провести анкетирование в группе детского сада
- 5.Обобщить информацию и сделать выводы
6. Изготовить зубную пасту в домашних условиях , изготовить памятки с рекомендациями по уходу за зубами.

Объект исследования: зубной налёт

Предмет исследования: свойства зубного налёта

Гипотеза: Допустим, если правильно и тщательно чистить зубы, то можно избежать болезней зубов.

Методы исследования:

Сбор информации, изучение и обобщение материала по теме проекта (работа с литературой, беседа со стоматологом, экскурсии в магазин, ресурсы Интернет).

Наблюдение, экспериментирование, анкетирование, анализ.

Фотосъемка процессов и результатов исследования.

Практическая значимость: изготовление зубной пасты

Актуальность исследовательского проекта: Вы когда нибудь задавали вопрос, зачем мы чистим зубы? А видели ли вы утром на своих зубах налёт? Правда ли, что зубная паста очищает наши зубы? Кто изобрел зубную пасту? Я решила, как можно больше узнать о зубной пасте и поэкспериментировать.

План деятельности:

1. Сбор информации по теме проекта
2. Посещение стоматологической клиники и беседа со стоматологом
3. Разработка вопросов для анкеты, анкетирование
4. Изучение рецептов приготовления зубной пасты в домашних условиях
5. Изготовление зубной пасты
6. Демонстрация презентации своего проекта детям своей группы
7. Защита проекта «Чтобы зубы не болели»

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ.

1.1 Зубной налёт: чем он опасен?

Врачи утверждают, что многие неприятности в нашей жизни у нас связаны из-за здоровья. Как говорится в здоровом теле, здоровый дух. Некоторые серьезные заболевания связаны с болезнью наших зубов.

Прочитав статьи в книге, изучив материалы в энциклопедии, посмотрев мультфильм «Добрый доктор Стоматолог» для малышей: Как правильно чистить зубы? я узнала, что наши зубы болят из-за налета. Зубной налет это липкая пленка, которая состоит из бактерий и остатков пищи. Бактерии вырабатывают кислоту и разрушают наши зубы. А это является причиной болезни десен (гингивит) и болезни зубов (кариес). (1)

В стоматологической клинике, врач стоматолог Смелова Лилия нам рассказала, что у наших зубов есть три врага

1 враг – это зубной налёт, именно в зубном налёте живут микробы и разрушают эмаль зуба.

2 враг – это сахар, сахар – это главная пища для микробов.

3 враг – это недостаток фтора, из-за этого недостатка начинают развиваться болезни зуба.

Зубной налет образуется через час после приема пищи, на приобретенную пелликулу зуба налипают бактерии.

Примерно через 24 часа образуется незрелый (ранний) зубной налёт, а через 72 часа формируется зрелый зубной налёт.

Полностью созревание зубного налета завершается на 3-7 сутки.

Любимые места скопления налета это трудно доступные места в ротовой полости. Там, где мы не прочищаем зубы (сбоку, между зубами, внутренняя поверхность зуба, часть зуба прилегающая к десне), происходит скопление налёта. Налет зреет, обрастает микроорганизмами, они в свою очередь выделяют продукты жизнедеятельности, все это оседает на зубе. Т.к. микроорганизмы живут в кислой среде, а кислая среда – это кислота, именно она разрушает эмаль зуба, в следствии чего развивается кариес. На фото приведены примеры зубного налета на зубах. Для большей наглядности зубы обрабатываются специальным контрастом, чтобы зубной налет был хорошо виден. (рис.1 Приложение 1)

1.2 История появления зубной пасты

В интернете, я узнала, что самое первое упоминание о зубной пасте пришло к нам из Египта. Именно египтяне изобрели первую пасту, которая была сделана из: соли, перца, листьев мяты и цветков ириса.

В России первым о гигиене зубов заговорил Петр I, именно он издал указ чистить зубы боярам. В составе пасты тогда входил только толченый мел, им чистили зубы и протирали их потом влажной тряпочкой.

В 19 веке (1873г.) американская компания COLGATE первыми выпустила ароматизированную зубную пасту в банке.

А уже в 20 веке (1915г) в состав зубных паст начинают вводить растительные компоненты такие как эвкалипт. Пасту начинают расфасовывать сначала в алюминиевые, а потом и в пластиковые тюбики. Важным достижением в это время стало введение в состав зубной пасты соединений фтора, который способствует укреплению эмали. (2)

1.3 Состав зубной пасты

Я решила узнать, есть ли особенности зубной пасты для детей?

Оказывается:

1. В детской пасте находится минимальное содержание фтора или полностью отсутствует.
2. В состав пасты не должны входить отбеливающие компоненты.
3. Отсутствуют пенообразующие компоненты, потому, что очень токсичны.
4. В пасте содержатся полезные вещества (кальций).
5. Она имеет приятный вкус. (3,4)

Мы с мамой поехали в магазин для того, чтобы узнать какие бывают виды зубной пасты.

1.4 Виды зубной пасты

Зубная паста бывает

-гигиеническая

- лечебно-профилактическая

Гигиенические пасты: освежают дыхание, удаляют налет. В них нет лечебных добавок.

Лечебно-профилактические: лечат кариес и пародонтоз. (4)

Чтобы узнать какой пастой пользуются ребята из моей группы и как обстоят дела с зубами, я провела анкетирование (рис 4 Приложение 4).

ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ЧАСТЬ

2.1 Посещение стоматологической клиники

Мы решили поэкспериментировать и сняли зубной налет в домашних условиях: до чистки зубов, почистили зубы, сняли налет после чистки зубов зубной пастой. Полученный материал мы предоставили в лабораторию стоматологической студии. (рис.2 Приложение 2)

По результатам исследования нам сообщили следующее: «В предоставленных образцах зубного налета, снятого до чистки зубов и после чистки, количество бактерий практически колеблется в одних и тех же пределах». (рис 3 Приложение 3)

Нам объяснили, что при неправильной чистке зубов, бактерии остаются и продолжают размножаться. Чтобы этого избежать, нужно правильно и тщательно прочищать зубы. Особое внимание следует уделить межзубному пространству, месту соприкосновения зуба с десной, отдаленным коренным зубам.

Вывод: При чистке зубов удаляется только часть бактерий, а при правильной чистке зубов удаляется большая часть бактерий, что позволяет сохранить зубы здоровыми.

2.2. Анкетирование детей подготовительной к школе группе №10.

Для того, чтобы узнать какой пастой пользуются ребята из моей группы и как обстоят у них дела с зубами, я решила провести анкетирование в группе. Анкета для детей представлена в приложении (рис 4 Приложение 4)

В опросе приняли участие 19 ребят моей группы.

Проведя анкетирование, я выяснила:

1. Все чистят зубы различными зубными пастами.
2. Больше всего нравится зубная паста со вкусом клубники.
3. У всех ребят болят зубы.
4. Большинство чистят зубы 1 раз в день.
5. Многие идут к стоматологу, когда болит зуб.
6. Почти все ребята знают, как чистить зубы.

И сделала **вывод:** что на здоровье зубов не влияет ни фирма изготовитель зубной пасты, ни её вкус. Здоровье зубов напрямую зависит от правильной гигиены полости рта.

ГЛАВА 3. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

3.1 Приготовление зубной пасты в домашних условиях

Я решила попробовать приготовить зубную пасту дома.

Рецепт приготовления зубной пасты в домашних условиях:

- белая глина
- родниковая вода
- мед, 1 ч.л
- эфирное масло шалфея
- эфирное масло календулы
- прополис на водной основе

Способ приготовления :

Смешать глину (примерно 60г.) с водой и капнуть 5-10 капель прополиса. Добавить чайную ложку меда, добавить 3-5 капель эфирных масел. Все тщательно перемешать. Зубная паста готова к использованию. (5) (Рис.5 Приложение 5)

3.2.Изготовление памятки по уходу за зубами

После приготовления зубной пасты я решила разработать и создать памятку по правильной чистке зубов.

Просмотрев разную литературу, воспользовавшись, Интернет ресурсами, я подобрала интересный материал для памятки:

- стихи про зубы,
- правила чистки зубов,
- интересную информацию, про зубы.

Я изготовила памятку, по правильной чистке зубов. (Рис.6 Приложение 6)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Чистить зубы каждый день
Нам с братишкою не лень
Чтобы не болели зубки
И не портилась эмаль,
Нам потратить две минутки
Перед сном совсем не жаль.

Д. Пономарева

Во время проведения проекта мы посетили стоматологическую студию, побеседовали со специалистами стоматологами и сделали для себя следующие выводы: Зубная эмаль разрушается от зубного налета, от жизнедеятельности бактерий которые образуют кислоту, а кислота и разрушает наши зубы. Правильная гигиена и уход за ротовой полостью помогает сохранить зубы здоровыми.

Проведя анкетирование ребят в группе, я выяснила: что ни фирма, ни вкус не влияют на здоровье зубов. Главную роль играет правильная чистка зубов. Прodelав всю работу, я поняла: чтобы зубы не болели, нужно правильно их чистить.

Если нет возможности почистить зубы, то нужно прополоскать рот специальным раствором или водой.

Моя гипотеза подтвердилась. Действительно, если правильно и тщательно чистить зубы, то можно избежать болезней зубов.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. <https://www.med2.ru>
2. <https://история-вещей.рф>
3. Иллюстрированная энциклопедия знаний «Всё о биологии»
4. Агаджанян Э.Г. «Записки доброго стоматолога»
5. Простакова Т.М. «Большая энциклопедия народной медицины»
6. <https://youtu.be/qxqf6gVLuc8> «Добрый доктор Стоматолог» мультфильм для малышей: Как правильно чистить зубы?

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Рисунок 1



а) Налет на зубах



б) Зубы обработаны индикатором, для выявления скопления налета на зубах

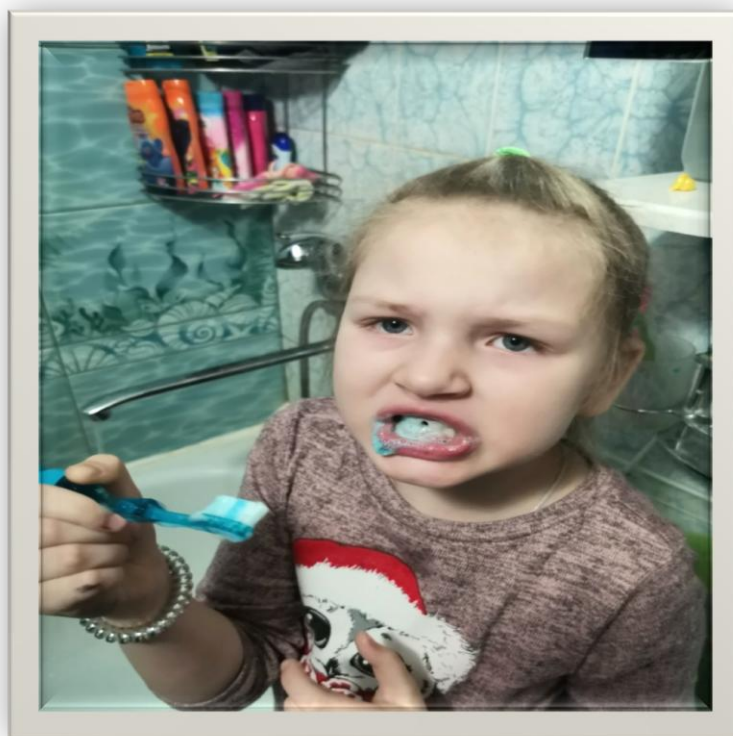


в) Зубы после чистки

Рисунок 2



а) Снятие зубного налета до чистки зубов



б) Чистка зубов зубной пастой



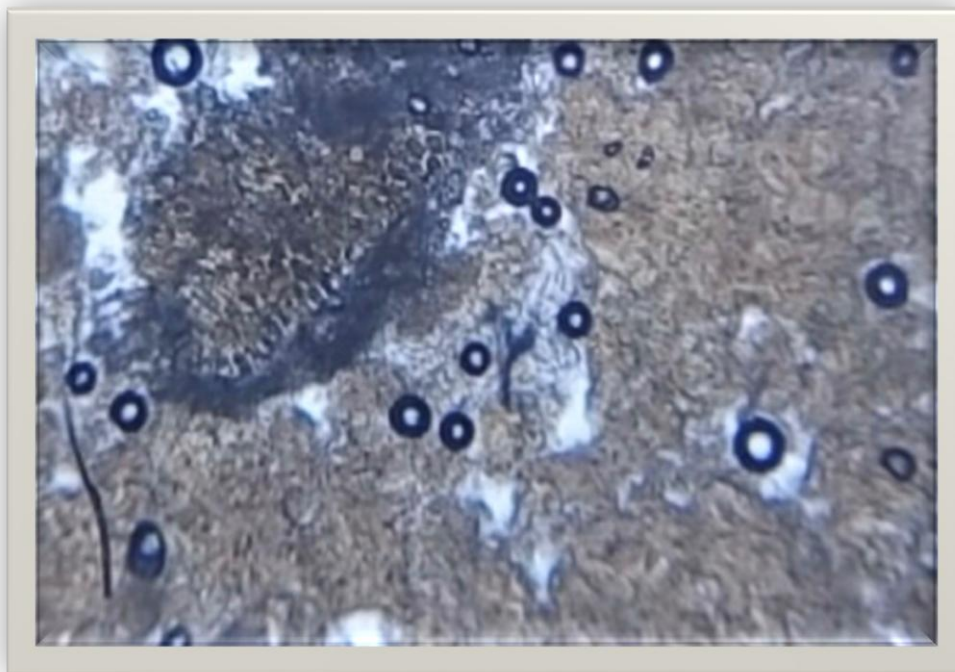
в) Снятие зубного налета после чистки зубов



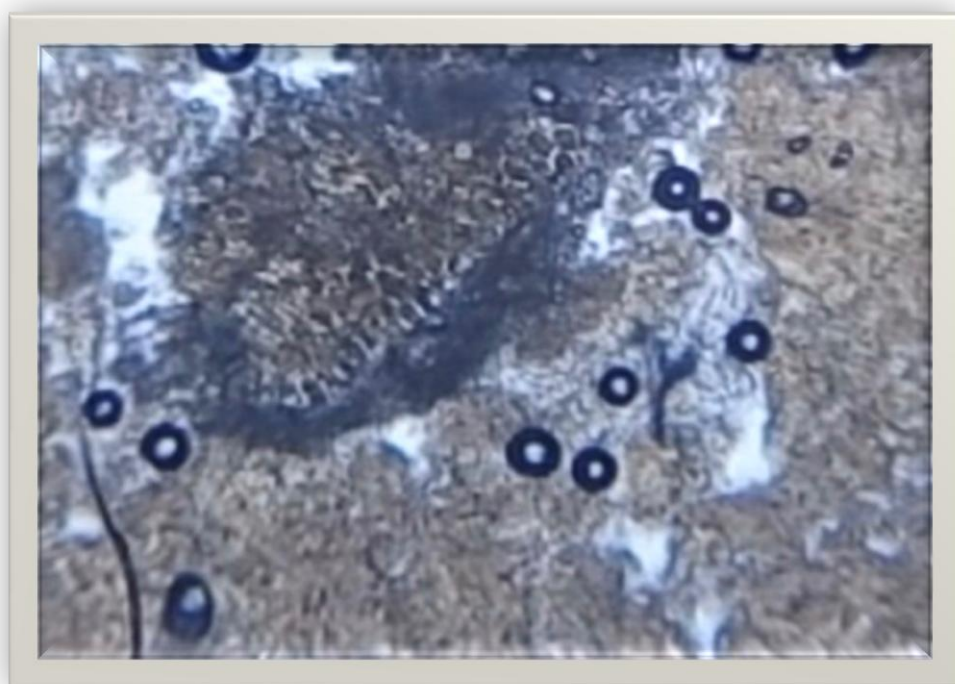
г) Материал переданный в лабораторию

Приложение 3

Рисунок 3



а) Зубной налет под микроскопом. До чистки зубов



б) Зубной налет под микроскопом. После чистки зубов.

Приложение 4

Анкета для проведения анкетирования в группе №10, детского сада «Брусничка»

№ вопроса	Вопрос	Результат
1	Какой зубной пастой ты пользуешься?	
	«Дракоша»	3
	«Colgate»	
	«Новый жемчуг»	1
	«Aquafresh»	2
	«Моё солнышко»	1
	Другая	12
2	С каким вкусом тебе нравится зубная паста?	
	Клубника	7
	Жвачка	6
	Мята	1
	Арбуз	5
3	Болят ли у тебя зубы?	
	ДА	19
	НЕТ	
4	Как часто ты чистишь зубы?	
	1 раз в день (утром)	15
	2 раза в день (утром и вечером)	4
	Через день	
	Не чищу вообще	
5	Как часто ты посещаешь стоматолога?	
	Когда болит зуб	12
	Не хожу к стоматологу	
	Меня водят родители	7
6	Знаете ли вы, как правильно чистить зубы	
	ДА	13

	НЕТ	6
--	-----	---



а) Компоненты для приготовления зубной пасты



б) Белая глина



в) Мед



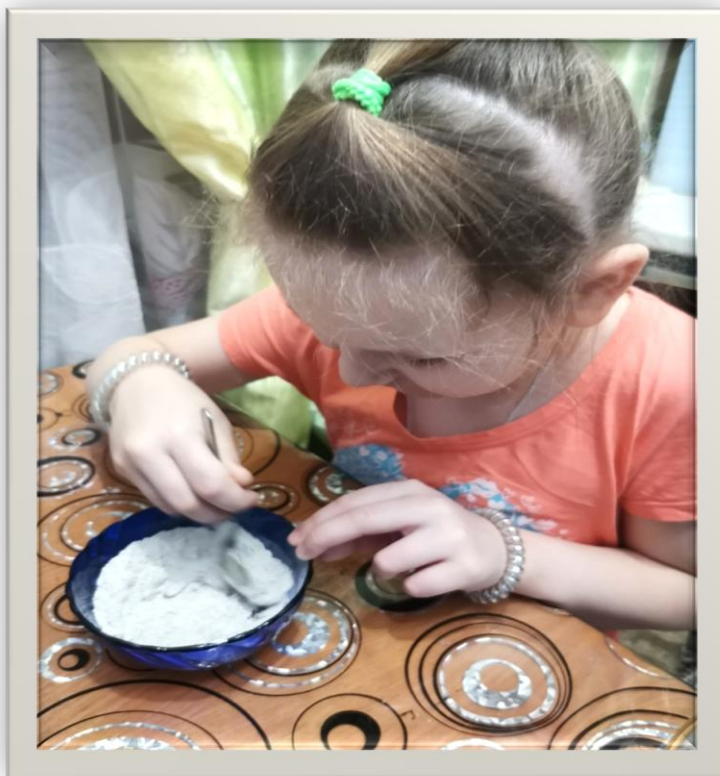
г) Эфирное масло шалфея



д) Эфирное масло календулы



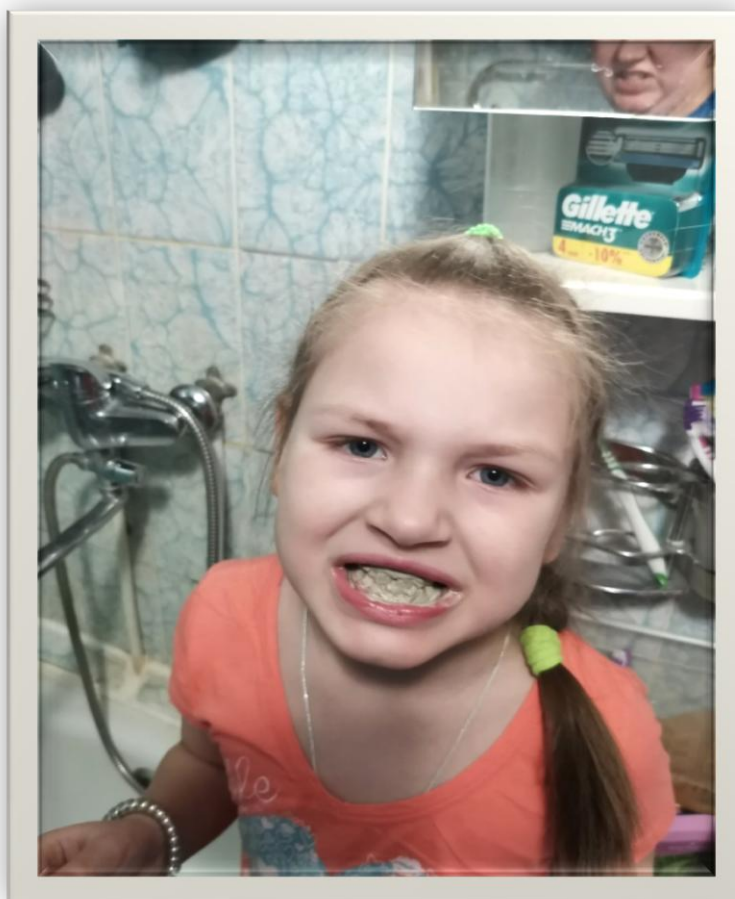
е) Настойка прополиса



ж) перемешиваем все компоненты



з) Зубная паста готова



и) Чистка зубов зубной пастой приготовленной в домашних условиях.

Приложение 6

Памятка для воспитанников группы №10 детского сада «Брусничка»



а) Сторона А



б) Сторона Б

Демонстрация презентации своего проекта детям своей группы

