



Εκπαίδευση και Δράση για Καλύτερη Στοματική Υγεία!

Για άλλη μια χρονιά πραγματοποιείται το Νοέμβριο ο Μήνας Στοματικής Υγείας από την Ελληνική Οδοντιατρική Ομοσπονδία με την υποστήριξη της Colgate με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των Ελλήνων σε θέματα στοματικής υγείας.

Τι έχουμε κάνει μέχρι τώρα

- Τα τελευταία 7 χρόνια έχουν εκπαιδευθεί από εθελοντές οδοντιάτρους σε θέματα στοματικής υγείας περισσότερα από **300.000 παιδιά!** Η προσπάθεια αυτή αγκαλιάστηκε τόσο από τους οδοντιάτρους, όσο και από τους γονείς και τα παιδιά. Γι' αυτό και συνεχίζουμε με αμείωτο ενδιαφέρον και υποστήριξη, με στόχο σύντομα να ξεπεράσουμε το μισό εκατομμύριο παιδιά!

... και συνεχίζουμε!

- Στην προσπάθεια μας για την καλύτερη εκπαίδευση των παιδιών και των εφήβων σε θέματα στοματικής υγείας, έχουμε προσθέσει μια επιπλέον δράση: την εφαρμογή ενός προγράμματος **Αγωγής Στοματικής Υγείας με τη μέθοδο της Βιωματικής Διδασκαλίας**, που αποτελεί τον πλέον αποτελεσματικό τρόπο διδασκαλίας. Το πρωτοποριακό αυτό πρόγραμμα είναι εγκεκριμένο από το Υπουργείο Παιδείας κι έχει ως στόχο την απόκτηση γνώσεων από τα παιδιά με τρόπο ευχάριστο και αποτελεσματικό.

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ

Μήνας Στοματικής Υγείας

Τι γνωρίζετε για τη στοματική σας υγεία;

Τερηδόνα: προκαλείται από τα οξέα που παράγουν τα μικρόβια της οδοντικής πλάκας με την κατανάλωση ζαχαρούχων τροφών.

SOS: *Το 71% των παιδιών 15 ετών έχουν τερηδόνα! **

Ουλίτιδα και περιοδοντίτιδα: προκαλούνται από τα μικρόβια της οδοντικής πλάκας. Χαρακτηριστικό σύμπτωμα είναι η αιμορραγία των ούλων.

SOS: *Το 83% των παιδιών κι εφήβων καθώς και το 91% των ενηλίκων έχουν προβλήματα με τα ούλα τους! **

Ευαισθησία των δοντιών: είναι ο οξύς και αιφνίδιος πόνος που παρουσιάζεται όταν τα δόντια έρχονται σε επαφή κυρίως με κρύα ή ζεστά ποτά και τρόφιμα.

SOS: *Το 57% των ενηλίκων βιώνουν τον πόνο της ευαισθησίας των δοντιών σε κάποια στιγμή της ζωής τους.*

- Βουρτσίζετε τα δόντια σας οπωσδήποτε 2 φορές την ημέρα για 2 λεπτά με φθοριούχο οδοντόκρεμα.
- Καθαρίστε τα διαστήματα ανάμεσα στα δόντια σας με οδοντικό νήμα ή μεσοδόντια βουρτσάκια.
- Χρησιμοποιείτε το κατάλληλο στοματικό διάλυμα μετά από κάθε βούρτσισμα για τουλάχιστον 30".
- Επισκεπτεστε τον οδοντίατρό σας τουλάχιστον 2 φορές το χρόνο.

Τα πιο σημαντικά
προβλήματα
στοματικής υγείας

Πως να
προστατεύσετε
τη στοματική σας
υγεία

* «Πανελλήνια Επιδημιολογική Έρευνα της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας»

Συνεργαζόμαστε για "0" προβλήματα στοματικής υγείας