5 октября 2015

«Как полоскать рот»

* После окончания еды малыш полощет рот. Для эффективности этой гигиенической процедуры весьма существенно, чтобы она выполнялась именно непосредственно после еды. Это не даст остаткам пищи закрепиться на зубах, не позволяет микроорганизмам, которые всегда есть во рту, начать «переваривать» зубы ребёнка.
* Для полоскания рта всем дают небольших размеров чашки с водой или настоем трав (ромашка, кора дуба, календула, шалфей и др.) в объёме 50-60 мл. Здесь нужна маленькая хитрость: столик с чашками желательно поставить так, чтобы, направляясь в туалетную комнату, ребёнок не мог пройти мимо, не мог не увидеть их.
* Благодаря этой процедуре мы не только бережём зубы, но и развиваем мышцы рта, мимику.
* В рот берётся глоток воды, чтобы его можно было «погонять» от щеки к щеке, вверх-вниз, между губами и зубами, пульсирующими движениями до упора слева.

