

## Krásný úsměv dělají krásné zuby

---



A to nesmíme zapomenout, **žekdyž nemáme zdravé zuby, následky na sebe nenechají dlouho čekat. Zubní kaz neznamená jen nepříjemnou a někdy až nesnesitelnou bolest.** Umožní bakteriím, aby se dostaly dentinovými kanálky až do dřene zubu a způsobily tam zánět nervu, tzv. pulpitidu. Pokud se zánět neléčí odstraněním zasažené dřene, prostoupí bakterie kořenovým kanálem i do okolních tkání. **Postiženy bývají především části kosti v okolí zubu, ale zánět se může přenést i na okolní nezkažené zuby, čelistní dutiny či nervy probíhající v čelistech.** Infekce se však může šířit krví a mizou i do vzdálených orgánů, srdce, ledvin a mozku a způsobit vážné poškození zdraví.

### Větvička jako kartáček

Víte, že už v dávných dobách si lidé uvědomovali, že existuje spojitost mezi čistotou zubů, jejich kažením a bolestí? **Na klínopisných tabulkách z Babylonu se píše o čištění zubů žvýkáním větviček s aromatickou kůrou či dužinou.** Později obyvatelé starověké Mezopotámie tuto techniku vylepšili tím, že větvičku na konci rozmělnili a zuby si s ní čistili podobně jako my dnes kartáčkem. **Mezi vyhlášené prostředky péče o zuby našich prapředků patřila šalvěj.** Dokonce věřili, že každý, kdo pěstuje u svého domu šalvěj, je chráněný před nemocemi a bolestí zubů.

### Čistit zuby se musí již odmalička

Jisté je, že péče o chrup by nás měla provázet od kolébky po ten nejvyšší věk, protože pokud jsme v tom skutečně důslední a poctiví, nemusí to být ve stáří péče o chrup umělý. Začít je proto třeba co nejdříve. **Když objevíme u svého batolete první zoubky, měli bychom je čistit vatovými tampony a od jeho dvou let pomocí dětského zubního kartáčku. Od tří let si už šikovnější dítě může po jídle čistit zuby samo - a může to být pro něj i zábavné.**

Přečtěte si náš samostatný **článek o čištění dětských zoubků** - naleznete jej [ZDE](#)