

Zasady przechowywania szczoteczek oraz szczotkowania zębów opracowane przez Głównego Inspektora Sanitarnego.

Zasady przechowywania szczoteczek:

1. Wszystkie szczoteczki powinny być oznakowane w ten sposób, aby dzieci mogły łatwo rozpoznać swoją szczoteczkę i aby nie było wątpliwości, do kogo należy szczoteczka (np. podpisane czy z indywidualną naklejką).
2. Szczoteczki przed i po myciu zębów mogą być przechowywane w przedszkolu, w szkole:
 - w kubeczkach główkami do góry, tak aby się nimi nie stykały,
 - w opakowaniach jednostkowych np. typu etui, torebka. Należy przy tym pamiętać, aby opakowanie zapewniało dostęp powietrza niezbędnego do wyschnięcia szczoteczki po użyciu.
3. W przypadku dzieci do lat dziesięciu szczoteczki na co dzień powinny być przechowywane w zamkniętych szafkach, do których dostęp mają tylko opiekunowie (np. wychowawcy poszczególnych grup, klas). Należy je wydawać dzieciom tylko na czas mycia zębów we wcześniej określonych porach.
4. W przypadku dzieci powyżej dziesiątego roku życia szczoteczki jeśli są przechowywane w szkole powinny być dostępne do użycia na życzenie dziecka (np. w świetlicy, wydawane przez nauczyciela mającego dyżur w świetlicy lub w innym ustalonym miejscu). Gdy uczniowie przechowują szczoteczki z swoich szafkach lub tornistrach szczoteczkę po użyciu, przed schowaniem do opakowania jednostkowego zapewniającego dostęp powietrza i chroniącego przed zabrudzeniem, należy wypłukać pod bieżącą zimną wodą, następnie strzepnąć nadmiar wody i osuszyć ręcznikiem lub chusteczką papierową.
5. Kubek, w którym przechowywana jest szczoteczka należy regularnie myć, co uniemożliwi nagromadzenie się na jego dnie kamienia i rozwój bakterii mających kontakt ze szczoteczką. Szczoteczka powinna być wymieniana przynajmniej raz na semestr lub wcześniej jeśli uległa zużyciu, np. kiedy włosie szczoteczki stało się płaskie.

Zasady dotyczące szczotkowania zębów przez dzieci:

Zaangażowanie opiekunów przedszkolnych i szkolnych jest ważne dla kształtowania prawidłowych nawyków w zakresie szczotkowania zębów. Właściwa profilaktyka stanowi tani i skuteczny sposób zapobiegania chorobie próchnicowej, a podstawową metodą jej zapobiegania jest szczotkowanie zębów pastą z fluorem po posiłkach oraz kontrola diety (rodzaju i konsystencji produktów i napojów oraz podjadania przekąsek).

1. Zaleca się aby w łazienkach, w których dzieci myją zęby, znajdowały się obrazkowe schematy ich prawidłowego szczotkowania. Warto przeprowadzić taką lekcję instruktażową.
2. Przed i po myciu zębów należy umyć ręce w celu uniknięcia innych infekcji.
3. Przy jednej umywalce może jednocześnie czyścić zęby od jednego do trójki dzieci. W przypadku młodszych dzieci od jednego do dwóch.
4. Do szczotkowania należy stosować pasty zgodnie z zaleceniami stomatologów: od ukończenia dwóch lat – z obniżoną zawartością fluoru (250 ppm), po ukończeniu czterech lat do lat siedmiu – z niską zawartością fluoru (500 ppm) nakładając jej śladową ilość (wielkości ziarna grochu). W przypadku dzieci do lat dziesięciu pastę może nakładać opiekun.
5. W miarę możliwości dzieci powinny szczotkować zęby po każdym posiłku, ponieważ po jedzeniu resztki pokarmu pozostają między zębami, przy dziąsłach i w bruzdach na powierzchni zębów. Szczotkowanie zębów po każdym posiłku przez 2-3 minuty umożliwia usunięcie z ich powierzchni złogów bakteryjnych oraz utrzymanie poziomu fluoru wystarczającego do stymulacji procesów remineralizacji w tkankach zęba w momencie zadziałania kwasów.
6. Po użyciu szczoteczki należy ją wypłukać pod bieżącą zimną wodą, następnie strzepnąć nadmiar wody i odstawić do wysuszenia lub osuszyć ręcznikiem lub chusteczką papierową przed schowaniem jej do opakowania.
7. Szczoteczki można przechowywać w opakowaniach jednostkowych, należy przy tym uważać, aby zachować dostęp powietrza, który umożliwia wysychanie szczoteczki.