

*Автор:*

*Серебрякова Софья Алексеевна*

ученица 4 «Г» класса

*Научный руководитель:*

*Черникова Надежда Александровна*

учитель начальных классов

ГБОУ СОШ с. Пестровка

с. Пестровка, Самарская область

## ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА

### «КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ ЗУБНУЮ ПАСТУ?»

*Аннотация:* в данной работе рассмотрен вопрос выбора зубной пасты.

*Исследователи представлено экскурс в историю появления зубной пасты.*

*Ключевые слова:* зубная паста, зубная щетка, зубы, эмаль, здоровье.



Рис. 1



Рис. 2



Рис. 3



Рис. 4



Рис. 5



Рис. 6



Рис. 7

## Введение

Если у человека красивые белые зубы, то на него приятно смотреть, с ним хочется общаться. Каждый день мы чистим зубы, но они у всех разные и с возрастом не становятся лучше. Может, мы не верно выбираем зубную пасту? Как правильно выбрать её, ведь в магазинах, аптеках и ларьках на прилавках можно увидеть их в большом разнообразии?

Цель: узнать, как правильно выбрать зубную пасту.

Задачи:

1. Собрать и изучить материалы по этой теме.
2. Узнать, когда появилась зубная паста и для чего она нужна.
3. Выяснить, чем отличаются зубные пасты.
4. Выявить степень влияния напитков на зубную эмаль.
5. Создать рекомендации по выбору зубной пасты.

Гипотеза:

«Если зубная паста – это лекарство для зубов, то важно правильно выбрать зубную пасту».

Методы исследования

1. Исторический.
2. Статистический.
3. Экспериментальный.
4. Сбор фотоматериалов.
5. Сравнительный анализ.
6. Компьютерных технологий.

Объект исследования – зубная паста

Предмет исследования – правила выбора зубной пасты

Когда появилась первая зубная паста?

Упоминание об уходе за зубами и соответствующих средствах встречается уже в письменных источниках Древнего Египта. Так, например, в одном из найденных манускриптов описывается рецепт некоего средства, в состав которого входили следующие ингредиенты: пепел внутренностей быка, мирра, растёртая яичная скорлупа и пемза.

В исламском мире издавна вошёл в употребление специальный корень с дезинфицирующими свойствами.

В Киевской Руси зубы чистили дубовыми кисточками.

Пётр I велел боярам чистить зубы толчёным мелом, нанесённым на влажную тряпочку.

Зачем нужна зубная паста?

У наших зубов есть три основных врага.

Первый – это налет, в котором живут и плодятся микроорганизмы, которые результатами своей жизнедеятельности и разрушают зубы.

Второй зубной враг – сахар, который не только является хорошей пищей для микроорганизмов, но еще и помогает зубному налету крепче «приклеиваться» к нашим зубам.

Третий враждебный фактор – недостаток фтора, что является основной причиной возникновения кариеса.

Основным назначением зубных паст являются:

- 1) очищение поверхности зубов, десен;
- 2) межзубных промежутков, языка от остатков пищи и зубного налета;
- 3) лечебно-профилактическое воздействие на твердые ткани зубов и слизистую оболочку полости рта.

Чем отличается детская зубная паста от пасты для взрослых?

Чистка детских зубов имеет свои особенности, ведь малыши еще не очень умеют это делать и во время гигиенической процедуры глотают до 40% зубной пасты. Поэтому чистить зубы взрослыми зубными пастами им можно только с 12-летнего возраста – даже очень полезные для зубов вещества могут навредить, если ими ежедневно «питаться».

До 12 лет детям следует покупать специальные детские зубные пасты, которые отличаются от взрослых не только названием, но и составом.

Ни в коем случае дети не должны пользоваться отбеливающими зубными пастами или средствами с сильнодействующими добавками!

В моей работе содержится сравнительная характеристика зубных паст, анкета и три опыта «Влияние кислот на зубную эмаль» и «Защищает ли зубная паста зубы?» Более подробно с результатами вы сможете познакомиться в презентации и печатной работе.

Заключение на основе опытов, анкетирования и сравнительной характеристики паст.

1. Зубная паста – это сложная система, в формировании которой участвуют абразивные, увлажняющие, связующие, пенообразующие, поверхностно-активные компоненты, консерванты, вкусовые наполнители, вода и лечебно-профилактические средства.

2. Зубные пасты по назначению делятся на 4 категории:

- предохранять зубы от кариеса;
- защищают от образования зубного камня;

- оказывают отбеливающее действие;
- предохраняют от воспаления десен.

В некоторых пастах эти свойства сочетаются, по-разному.

3. Выбирать то, чем чистить зубы, следует индивидуально:

- необходимо, посоветоваться со своим стоматологом;
- обратить внимание на дату выпуска и срок годности зубной пасты;
- покупать зубную пасту нужно аптеке или фирменном магазине;
- не особенно доверять рекламе – она преследует, прежде всего, коммерческие интересы;

– пасты надо чередовать (привязанность к какому-либо одному названию неразумна).

4. Дети должны пользоваться своей пастой, не травмирующей их слабоминерализованную эмаль.

5. Неправильная чистка даже великолепной пастой может принести больше вреда, чем пользы.

Сила нажима щетки на зубы должна быть мягкой и вибрирующей. По длине идеальна небольшая щеточка, охватывающая два – два с половиной рядом стоящих зуба. Количество пасты должно быть около 1 см.

6. Мощным противовоспалительным действием обладают ополаскиватели и эликсиры, настоянные на травах.

### ***Список литературы***

1. Википедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ru.wikipedia.org/wiki/>

2. Зубные пасты [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pasty.ru/index.html>

3. Меди [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.emedi.ru/articles/kids\\_toothpaste.html](http://www.emedi.ru/articles/kids_toothpaste.html)

4. Интересные факты [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://coolfacts.ru/zubnaya-pasta.html>

5. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://live4fun.ru/joke/453597>

6. [Электронный ресурс]. – Режим доступа:

<http://images.yandex.ru/#!/yandsearch?stypе=image&lr=47&noreask=1&source=psearch&text=картинкизубнойпасты&uinfo=sw-1349-sh-622-fw-0-fh-448-pd-1>