

Серия «Дентилюкс»

Здоровые зубы - залог здоровья нации

Г.М. Флейшер



**Стихи про зубную нить
(флосс) . Том 56**

Г. М. Флейшер

**Стихи про зубную нить
(флосс). Том 56. Серия
«„Дентилюкс“. Здоровые
зубы – залог здоровья нации»**

«Издательские решения»

Флейшер Г. М.

Стихи про зубную нить (флосс). Том 56. Серия «„Дентилюкс“.
Здоровые зубы – залог здоровья нации» / Г. М. Флейшер —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-507610-6

В книге содержатся стихотворения про зубную нить (флосс), направленные на пропаганду авторской методики «Дентилюкс» для контроля и обучению рациональной индивидуальной гигиене полости рта. Книга рекомендована широкому кругу читателей.

ISBN 978-5-00-507610-6

© Флейшер Г. М.
© Издательские решения

Содержание

Об авторе	6
1. Стихотворение про зубную нить и зубочистку	9
2. Стих про зубную нить и флосстики	10
3. Стихи про зубную нить и флосстик-2	11
4. Стихи про зубную нить или флосстик-3	12
5. Как пользоваться зубной нитью	13
6. Советы при применении зубной нити флосс	14
7. Стихи про флоссету и флосстик	15
8. Стихи про флосстик	16
9. Применение зубной нити флосс	17
10. Методика применения зубной нити	18
Дополнение	19
1. Зубные нити (флоссы) и их разновидности	19
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Стихи про зубную нить (флосс). Том 56

Серия «„Дентилюкс“. Здоровые зубы – залог здоровья нации»

Г. М. Флейшер

© Г. М. Флейшер, 2019

ISBN 978-5-0050-7610-6 (т. 56)

ISBN 978-5-4496-2537-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Об авторе



Флейшер Григорий Михайлович (Dr Grigori Fleicher) родился 11 января 1970 года в Перми.

Лето 1977—1978 гг. – школа юнг, Краснознаменный Черноморский Флот СССР (г. Одесса).

В 1980 г. награждён именной настольной медалью и кортиком-ручкой.

В 1987 г. – окончил школу №77 с углублённым изучением английского языка, г. Пермь.
1988—1993 гг. – учился на стоматологическом факультете Пермского государственного медицинского института.

1995—1996 гг. – член Международной ассоциации молодых стоматологов (Young Dentists Worldwide, YDW).

1995—1996 гг. – член Международной ассоциации стоматологов (FDI World Dental Federation).

С 1997 – член Стоматологической Ассоциации России (СтАР). На н. в. – не член СтАР.

С 1997 г. по н. в. – действительный член Международной академии пародонтологии (International Academy of Periodontology, IAP, New-York).

Имея международное академическое звание без защиты диссертационной работы в России, в 1999 г д-р Флейшер Г. М. публикует статьи в местной периодике, становится старшим преподавателем в учебном центре стоматологии Воронежской медицинской академии имени Н. Н. Бурденко в поликлинике НЛМК, разрабатывает методичку по гигиене полости рта, начинает собирать зубные пасты, зубные щетки, ополаскиватели и т. д. Разглядев личные перспективы и амбиции молодого ученого, руководство закрывает данную выставку, потом коллекция бесследно исчезает. Д-р Флейшер Г. М. тяжело переживает жернова административно-командной системы Липецкой медицины – происходит раскол в семье,... начинаются уколы, уколы,..., лечение в Липецком психо-неврологическом диспансере.

В 2001 году была совместно написана и опубликована работа с проф. Г. А. Пашинян (г. Москва). Д-р Г. М. Флейшер является учеником профессоров А. В. Алимского и Г. В. Банченко (ФГБУ «ЦНИИС и ЧЛХ» МЗ РФ, г. Москва). Совместно были написаны и опубликованы в различных медицинских изданиях работы, посвященных изучению заболеваний слизистой оболочки полости рта, гальванозу, гигиенистам стоматологическим и детской стоматологии.

Впервые в России с 1999 по 2010 гг на базе Стоматологического центра КМСЧ ОАО НЛМК Д-р Г. М. Флейшер на общественных началах организовал кабинет профилактики стоматологических заболеваний, в котором находилась Выставка средств гигиены полости рта. Целью создания кабинета была пропаганда и программа обучения правильной чистке зубов, языка, выполнение гигиенических манипуляций, выбор необходимой зубной пасты, щетки, ополаскивателя и т. д., обучение пациентов рациональному использованию средств и методов ухода за зубами, пропаганда здорового образа жизни и т. п. Также на базе кабинета проходили обучение и стажировку студенты (гигиенисты стоматологические) Липецкого медицинского колледжа. В связи с тем, что в последнее время значительно увеличился объем информации о различных композициях зубных паст, зубных щеток, флоссах и других средств для гигиены полости рта, выставка позволила на практике ознакомить студентов и пациентов с этими средствами, научить их правильному обращению с ними. Д-р Г. М. Флейшер проводил тематические уроки среди школьников в школах г. Липецка, выступал на Липецком радио, телевидении.

В 2006 г за проделанную работу был награжден Дипломом Стоматологической Ассоциации России «Лауреат финала Чемпионата стоматологического мастерства в номинации Профилактика стоматологических заболеваний».

Область научных интересов: судебная медицина, стоматология (история, развитие, организация, управление стоматологии, пародонтология, детская стоматология, ортопедическая стоматология, имплантология, ортодонтия).

Действительный член IAP, писатель, поэт, двукратный рекордсмен мировой Книги рекордов Гиннеса, четырехкратный рекордсмен Книги рекордов России. Результаты многолетних исследований обобщены в 250 научных публикаций, среди них более 100 книг – серия книг для детей «Дентилюкс». Здоровые зубы – залог здоровья нации», направлена для пропаганды, коррекции навыков и обучению авторской методики подрастающего поколения прави-

лам рационального индивидуального ухода за полостью рта, а также народная медицины в стоматологии, индексы стоматологии, гальваноз, галитоз, дисколорит и т. д. В 2017 г опубликовал несколько статей аргументированно обосновал тот факт, чтобы официально праздновать День Зубного Техника – 25 июля.

С 1993 г. по н.в. проживает в Липецке и работает врачом-стоматологом (работал – врачом-судебно-медицинским экспертом-стоматологом в Липецком областном бюро судебно-медицинской экспертизы, преподавателем – учебный центр КМСЧ ОАО НЛМК, Липецкий медицинский колледж). Липецкий стоматолог Д-р Г. М. Флейшер в 2008 г попал на страницы всемирно известного издания как обладатель самой большой в мире коллекции зубных щеток. Коллекция насчитывала тогда 1320 различных единиц. Коллекция предметов для гигиены полости рта насчитывала – более 3000 единиц. Сейчас она значительно выросла. Помимо зубных щеток в коллекции Д-ра Г. М. Флейшер – зубные пасты, спреи, ополаскиватели, зубочистки и другие средства гигиены полости рта, всего – свыше 4500 экземпляров.

Четырехкратный рекордсмен Книги рекордов России:

- Самая большая коллекция различных зубных щеток.
- Наибольшее количество книг, изданных одним автором за 3 месяца в одном книжном издательстве.
- Наибольшее количество книг, изданных одним автором за 1 месяц в России.
- Наибольшее количество книг, изданных одним автором за 1 год.

Дети: дочь Кристина (19.04.1994).

Участвовал во многих конкурсах Интернационального союза писателей. Награжден многими дипломами и медалями. 2019 – Медаль имени Х. К. Андерсена (ИСП); Медаль 65-летия Интернационального союза писателей (ИСП); Медаль 220-летия А. С. Пушкина (ИСП).

1. Стихотворение про зубную нить и зубочистку

Дорогой стоматолог подскажите
чем пользоваться для удаления
остатков пищи между зубами.
– Уважаемый пациент,
ответ Вам дам очень простой:
Зубной нитью или зубочисткой.
А еще можно флосстиками.
Данные средства отлично
удаляют пищу между зубами.
Это средства для
лучшей профилактики
кариеса и заболеваний десен.

2. Стих про зубную нить и флосстики

После еды гигиена зубам нужна
Нам поможет просая зубная нить
Все пищевые остатки
словно щеткой
удалит зубная нить.
Стоматолог нам пояснил:
– Флосстик – это разновидность зубной нити.
Флосстик – это держатель зубной нити
с острым концом
для лучшего удаления остатков между зубами.
Вот так..а мы про это совсем не знали!!!

3. Стихи про зубную нить и флосстик-2

Зубная нить вместо
Зубной щетки и зубочистки
Может удалить остатки пищи меж зубом.
Наматал зубную нить между двумя пальцами
и удаляешь пищевые остатки между зубами.
Но удобней использовать флосстик!!!

4. Стихи про зубную нить или флосстик-3

Для удаления остатков пищи между зубами
Дантисты рекомендуют зубную нить или флосстик.
Они легко удаляют остатки пищи
Чистить зубы зубы после еды
Зубной нитью каждый день
Мне нисколечко не лень.
Чистит между зубами быстро,
Чистит четко
В моих руках зубная нить.

5. Как пользоваться зубной нитью

Дорогие дети,
Использование зубной нити —
Относительно простой процесс.
Не стесняйтесь пользоваться зубной нитью для удаления
Остатков пищи между зубами после еды.
Кусочком нити обмотайте вокруг
Большого и указательного пальца.
Двигайте нитью вверх-вниз, вокруг зуба.
В конце – промойте рот.
Теперь у Вас свежее дыхание,
Вы улыбаетесь красивыми зубами
И кариес Вам не страшен!
Берегите зубы смолоду —
Надежный помощник Вам —
Зубная нить!

6. Советы при применении зубной нити флосс

Дорогие ребята,
При применении гигиенической процедуру
С зубной нитью слушайте советы:
При очищении нового межзубного пространства
Пользуйтесь чистым участком нити.
Гигиеническую процедуру рекомендуется
Проводить после каждого приема пищи.
Не вводите зубную нить резким движением —
Травмируйте десна.
При случайном травмировании десны рекомендуют
Обработать антисептическим раствором или
Настоем трав ромашки и шалфея.
При возникновении кровоточивости из десны
Рекомендуют обратиться к стоматологу.

7. Стихи про флоссету и флосстик

Флоссета представляет собой
Держатель для зубной нити.
Изготовлена из прочного материала,
Имеет ручку с U-образной дужкой с двумя браншами,
Между которыми натягивается нить.
Флосстик – разновидность флоссеты,
Имеющая ручку – зубочистку.
Для проникновения в труднодоступные участки
Необходимо изогнуть флосстик.
После применения флосстика
Рекомендуют прополаскать рот.

8. Стихи про флосстик

Флосстиком рекомендуют пользоваться
Для удаления остатков еды между зубами.
Флосстик это одноразовая пластиковую зубочистку с нитью,
С заостренным концом – стимулятором десен
И специальной головкой с нитью.
Оба конца очень гибкие и легко гнутся во всех направлениях.
При применении флосстика не нужно
Широко открывать рот.
При чрезмерной нагрузке зубная нить рвется.
После применени флосстика
Рекомендуют прополоскать рот.

9. Применение зубной нити флосс

После приема пищи не забывай флоссом
Удалять остатки между зубами.
Зубная нить применяется
Для очистки контактных поверхностей зубов,
Для очистки поддесневой участка коронки зуба,
Для очистки промывных пространств съемных протезов,
Коронок, ортодонтических замков,
Для очистки околозубной области дентальных внутрикостных
имплантантов,
Для массажа десен.
После применения зубной нити
Не забывай прополоскать рот.
Флосс фиксироваться на пальце
Или специальном держателе.

10. Методика применения зубной нити

Дорогие ребята,
Знаете ли Вы как правильно применять зубную нить?
Сначала отмотайте немного нити,
Оторвите ее от мотка.
Большую часть нити накрутите на средний палец,
А другой конец – на средний палец другой руки,
Оставив немного нити для следующего применения
Натяните нить между большими и указательными пальцами обеих рук,
Немного оставив между пальцами.
Аккуратно введите ее между зубами.
Ни в коем случае резко не врезайте нить в десну!
Проведите движения вперед-назад,
Потом – вокруг зуба,
Оказывая массаж десне.
После применения зубной нити
Прополощите рот!

Дополнение

1. Зубные нити (флоссы) и их разновидности

Зубная нить (флосс) очищает зубы в труднодоступных местах, куда не сможет проникнуть даже самая лучшая зубная щетка. Зубные флоссы – это вспомогательное средство гигиены полости рта, которое не заменяет обычную чистку и полоскание зубов. Благодаря зубной нити защита зубной эмали от кариеса стала доступной: она удаляет мельчайшие остатки пищи. Однако следует помнить, что лечение гингивита зубной нитью вылечить невозможно.

Флосс – это разрыхленная нить с более выраженными абразивными свойствами, может впитывать жидкость из зубодесневого кармана, удаленный мягкий зубной налет, для очистки промывного пространства мостовидных протезов, межзубных промежутков шинированных зубов.

Флоссы предназначены для тщательного удаления зубного налёта и остатков пищи с труднодоступных для щётки контактных поверхностей зубов.

Функция флоссов: очистка контактных поверхностей зубов, поддесневого участка коронки зуба, для очистки промывных пространств съёмных протезов, коронок, ортодонтических замков, для очистки околозубной области дентальных внутрикостных имплантантов. Флосс может фиксироваться на пальце или специальном держателе.

Флосс (dental floss) – нить для чистки межзубных промежутков. Это наиболее важное, распространенное и эффективное механическое средство межзубной гигиены. Обычно флосс состоит как минимум из одного волокна (политетрафлюорэтилен), которое подвергнуто вытяжке при ее изготовлении для повышения прочности на разрыв и покрыто слоем материала, повышающего коэффициент трения. Линейная плотность нити равна 500—1500, а коэффициент трения – 0,08—0,25. Для изготовления флосса на волокна материала подложки, формованного в нить, часто наносят покрытие из полужидкой парафиновой композиции, имеющей температуру немного выше 60°C. Затем покрытие охлаждают и сплющивают нить. В случае, когда необходимо включить в состав нити отдушки, на сплюснутую нить наносят вторую полужидкую парафиновую композицию, которая содержит летучее ароматизированное масло, при этом температура второй композиции меньше температуры плавления первой.

Классификация флоссов:

I. По форме

1. Простые (круглые).
2. Плоские (ленточные).
3. Суперфлоссы – тройная нить (см. Рис. 3).
4. Ультрафлоссы – многозвеньевая нить (см. Рис. 4).
5. Крученая нить более толстая – менее удобно вводить в межзубной промежуток, но при этом увеличивается площадь соприкосновения и эффективность очистки.

6. Кручёные нити с нейлоновой вставкой – для лёгкого введения в межзубные промежутки.

II. По форме.

- 1 – нитевидные
- 2 – ленточные
- 3 – комбинированные.

III. По строению

- 1 – простые (пучок перекрученных тонких нитей)
- 2 – воскованные – имеют наружное покрытие всего пучка

- 3 – тефлоновые (тефлоновое покрытие снаружи)
- 4 – фторированные (пропитанные фторидом натрия)
- 5 – ментоловые (пропитанные мятной отдушкой)
- 6 – комбинированные

IV. По пропитке

- 1. Невоощенные (обычные) – без воска (unwaxed),
- 2. Воощенные. Лучше применяются для близко расположенных зубов. Воощенные флоссы могут быть пропитаны ментолом, фторсодержащими соединениями, лечебно-профилактическими добавками.

2.1. пропитанные микрокристаллическим воском (парафином) или воском с фтором (waxed),

2.2. со слабой восковой пропиткой,

2.3. с воском и ментоловой пропиткой (mint waxed)

В настоящее время стали использоваться нити, пропитанные фторидами. Такой вид гигиенической продукции позволяет дополнительно укрепить эмаль в труднодоступных местах для чистки зубов и способствовать предотвращению кариеса.

В настоящее время чаще всего выпускают упаковки флоссов с различной длиной: 18, 25, 30 и 50 метров. Небольшой пластиковый контейнер удобен в обращении, незаметен в кармане, и в нем умещается несколько десятков метров нити, так что пациент может всегда иметь ее под рукой, чтобы в нужный момент очистить межзубные промежутки.

Следует отметить, что флоссы с содержанием фтористых компонентов способствуют более быстрому восстановлению pH зубодесневой борозды после приема пищи, возвращая pH зубодесневой жидкости к нейтральным показателям. Чаще всего для пропитки используют раствор фторида натрия. Некоторые исследователи считают, что сначала лучше очистить межзубные промежутки зубочисткой, треугольной в поперечнике. После этого следует воспользоваться зубной нитью – она проникает в пространство между зубом и межзубным сосочком, тем самым удаляя остатки пищи и налет из самых труднодоступных мест. Зачастую, например, когда вы находитесь в командировке, путешествии, – флосс становится единственным и незаменимым средством гигиены полости рта.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.