

Серия «Дентилюкс»
Здоровые зубы - здоровье нации

Г.М. Флейшер



**Стихи для детей. Стихи о вредных
продуктах для зубов №2. Том 182**

Г. М. Флейшер
Стихи для детей. Стихи
о вредных продуктах для
зубов №2. Том 182. Серия
«Дентилюкс». Здоровые
зубы – здоровье нации

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51691418
ISBN 9785449846716

Аннотация

В книге содержатся стихи для детей о вредных продуктах для зубов, направленные на пропаганду авторской методики «Дентилюкс» для контроля и обучения рациональной индивидуальной гигиене полости рта. Книга рекомендована широкому кругу читателей.

Содержание

Об авторе	6
1. Стихи о вредных продуктах для зубов	14
2. Стихи про сладости и зубы	16
3. Не ешь много сладкого	17
4. Стихи о вреде конфет и сладостей для зубов	18
5. Сладкий десерт	19
6. Стихи о вреде мороженого для зубов	21
7. Стихи про мороженное и зубы	22
8. Стихи о вреде пряников для зубов	23
9. Стихи про пряник и зубы	24
10. Стихи о вреде семечек для зубов	25
11. Жареные семечки и зубы	26
12. Не пей газировку	27
13. Стихи о вреде сладкой газировки для зубов	28
14. Лимонады и кока-кола	29
15. Стихи о вреде тортов и пирожных для зубов	31
16. Кристина-снежинка	32
17. Стихи о вреде чая, кофе для зубов	35
18. Стихи о вреде чипсов и сухариков для зубов	36

19. Стихи о вреде некоторых ягод для зубов	37
20. Вредны твердые орехи для детских зубов	38
21. Отчего Мишутка пустил слезу?	39
22. Подвиги Мишутки!	40
Дополнение	41
1. Д-р Флейшер Г. М. выпустил следующие книги (2008—2020 гг)	41
Конец ознакомительного фрагмента.	43

**Стихи для детей. Стихи
о вредных продуктах
для зубов №2. Том 182
Серия «Дентилюкс».
Здоровые зубы –
здоровье нации**

Г. М. Флейшер

© Г. М. Флейшер, 2020

ISBN 978-5-4498-4671-6 (т. 182)

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.



В 1997 г работая врачом стоматологом на заводе г. Липецка, Г. М. Флейшер сумел убедить руководство в целесообразности включение врача-стоматолога в ежегодное диспансеризацию работников предприятия.



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 стома-

тологические) 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 400 научных публикаций, среди них 250 книг – серия книг для детей «Дентилюкс». Здоровые зубы – залог здоровья нации», направлена для пропаганды, коррекции навыков и обучению авторской методики подрастающего поколения правилам рационального индивидуального ухода за полостью рта, а также народная ме-

дицины 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. Произведения д-ра Григория Михайловича Флейшера входят в реестр репозитории «Ноосфера», Semantic Scholar.

С 1993 г. по н.в. проживает в Липецке и 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 – Книги мировых рекордов Гиннеса – 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.

Пятикратный 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. Стихи о вредных продуктах для зубов

Вредна для здоровья жирная еда,
А ещё вредней – меру в ней не знать.
От того болезни все, от того беда.
Нам нельзя об этом в жизни забывать.
Не употребляй часто
Пряники, конфеты,
Сладкая газировка,
Чипсы, шоколад.
Они оказывают вред зубам —
Разрушая эмаль зубов.
Не забудь прополоскать рот
После приема этих продуктов.
Чай, кофе, ежевика
Очень вредны для зубов.
Они окрашивают эмаль
В черный цвет.
После их приема
Рекомендуют полоскать рот.
Чипсы и сухарики очень вредны зубам.
Они травмируют эмаль и десна,
Часто застревают меж зубами.
Торты и пирожные
Также очень вредны твоим зубам.

Не кушай часто семечки —
Они очень вредны зубам.
Запомни эти советы —
Будут твои зубы целы.
Будешь радовать родителей
Белоснежной улыбкой своей.

2. Стихи про сладости и зубы

Маленькие детки
Любят есть конфетки,
Печенье и шоколад,
Зефир и мармелад.
Сладость для зубов вредна,
Дружит с кариесом она,
Зубы кариес «съедает»,
Точит их и разрушает.
От сладости зубы чернеют и тлеют,
Только стоматологи детям помогают,
Черные дыры в зубах бором убирают,
Грязь в зубах вся исчезает.
Скажут зубы всем: – «Привет!»
Белоснежную улыбкой.

3. Не ешь много сладкого

Слишком много есть не надо

Шоколада и мармелада.

Сладкую газировку, чипсы и пряники

Нужно редко есть.

От конфет немало бед —

Зубы чернеют и болят,

А также диабет и лишний вес!

4. Стихи о вреде конфет и сладостей для зубов

Столько в мире разных сладостей, конфет.
Что даже представить сложно.
Завален сладостями и конфетами белый свет,
Жаль, но они могут оказать пользу и вред.
От конфет и сладостей портится зубная эмаль,
Зубы чернеют и болят.

5. Сладкий десерт

Место, где сладости есть на витрине,
Маленький Павлик искал в магазине,
Мягко канючил: «Пойдём посмотреть,
Коль не увижу, могу умереть!...»

Мама и папа хватались за сердце,
(Дома закончилась баночка с перцем,
Пряностей надо чуть-чуть прикупить!)
Взяв Павла под ручки, решили сходить.

Чего только нету в витринах отдела,
Всё есть, широка душа захотела:
Зефир в шоколаде, лукум, мармелад,
Пряник из Тулы, без пор шоколад,
Горы печенья, с изюмом халву...

Павлуша: «Не зря я на свете живу,
«Раковой шейки» хочу, леденцов,
Я, ради вкуса, на подвиг готов!

Слушаться буду, посуду помою,
Буду дружить со своей головою,
Выучу длинную Басню Крылова,
Ту, про очки, помню первое слово,
Там про мартышку...

Купите, прошу!...»

Папа похлопал сынка по плечу:
«Коль обещал, своё слово держи,
Пальчиком только чего, укажи!»

Дома Павлуша в игрушки играет,
«Мишкой на Севере» их угощает,
Фантики просто бросает в кулёк,
«Красную шапочку» съесть он не смог!..

Так продолжалось почти что неделю,
«Грильяж в шоколаде» погрызть захотелось,
Кило леденцов всяких разных сортов...
К подвигу скушать их
Павел готов!

Следом беда, зубки почернели и чувствуют холод...
«Папа, наверно, уже я не молод,
Зубики ноют, животик болит...»
Слезинка на щёчке, пропал аппетит...

Правду скажу и лукавить не буду,
Павлик старательно моет посуду,
Конфетам послал октябратский привет,
Их кушает редко, чуть-чуть, на десерт...

6. Стихи о вреде мороженого для зубов

Мороженое! Прохладное!
Сливочное, шоколадное,
Клубничное, с мармеладом ли,
В такую жару не награда ли?
Эскимо полезно? Нет?
Я открою вам секрет —
Хоть в нём пользы нет совсем
Нравится оно всем-всем!
Очень, очень любят мороженое дети,
Ведь оно вкуснее всех сладостей на свете!
Детям дай мороженое: целый день бы ели,
Но не кушай часто мороженое.
Может заболеть горло,
Потрескается эмаль зубов,
Будет беспокоить зубная боль,
Зубы окрасятся в желтый цвет.

7. Стихи про мороженное и зубы

Вася, Вася, Василёк,
Ты испортил всё, что смог:
Зубы ноют, нос заложен,
Горло с гландами болит, —
Виноват большой, сверх меры,
Неуёмный аппетит!

Кто мороженого на спор съел подряд пятнадцать штук,
И, холодной газировкой наполнял живот-курдюк?

Спор, бесспорно, Вася выиграл,
Приз – пять порций «крем-брюле»,
Зубы ноют, нос заложен
И горчичник на спине...

8. Стихи о вреде пряников для зубов

Знаю, жизнь была тяжелой.
Ты отведай, попробуй
Пряник – русское лакомство.
Только помни главное —
Много в нем сахара и патоки.
Чтобы зубы не болели
После пряника
Поскорее рот свой прополощи.

9. Стихи про пряник и зубы

Лучше почисти свои сапоги,
Пряник засохнувший грызть не моги!

Зубы затрутся его наждаком,
Состарятся сразу, что будет потом?

Больно заноят, крошиться начнут,
Жевать невозможно, покою, – капут!

Выпадут, чем откусить колбасу?
(...Я челюсть вставную в кармане несу!...)

10. Стихи о вреде семечек для зубов

Жареные семечки – русская забава,
Щёлкаются семечки налево и направо,
Острым краем кверху и наоборот – Оп!
Жареные семечки так и лезут в рот.
Но помни семечки вредны для зубов —
Семечки зубы точат
И стирается эмаль.
Ты лучше семечками
Корми зимою птичек.

11. Жаренные семечки и зубы

Щёлкать жаренные семечки, сидя на скамейке,
Слушать, как поёт гармонь о судьбе-злодейке,
Оставляя сор и мусор, мучить свои зубы,
Истирать их шелухой, покаяв губы.

Надо ль этим заниматься? Пользы нет и смысла.
Ничего хорошего из этого не вышло:
Зубы стали сильно ныть, холод ощущают,
Обижаются на Вас, глупость не прощают.

Брошу семечки в кормушку, прилетят синички,
Голуби и воробьи явят счастье птичье,
Знаю, надо не забыть угостить сороку,
Тяжело одной ей жить, очень одиноко...

12. Не пей газировку

Сладкая газировка – ерунда,
Просто с химией, сахар и вода.
Чтобы вырасти высоким и красивым,
Чтобы зубы были здоровыми,
Лучше пей молоко, кефир и соки.

13. Стихи о вреде сладкой газировки для зубов

До чего ж я люблю сладкий лимонад!
В нем иголочек сотни сидят,
И гортань холодят, и щекочут язык.
И резвятся в нем мальки,
Золотые пузырьки.
Но от Кока-колы зубы темнеют
И разрушается эмаль.
Сладкую газировку если пьёшь,
От расплаты не уйдёшь.

14. Лимонады и кока-кола

Лимонады, лимонады... Лимонадам дети рады,
Пьют, не оторвёшь от чашки!
Помнишь сказ о Чебурашке?

Миленький зверёк-ушастик как-то раз попал
на праздник,

С крокодилом Геной вместе кушали сосиски в тесте,
А когда подали торт, Гена весь засунул в рот,
Проглотил и поперхнулся, к Чебурашке повернулся,
«Лимонада дай запить, а иначе мне не жить...»

Выпил флягу лимонада. «Дай ещё, мне много надо!»
От газированной воды
Живот раздулся до беды!
Чуть не лопнул, ай-ай-ай! Гена, ты не помирай!...

Утром заболело горло, был холодный лимонад,
Заболели следом зубы, Гена этому не рад...

Чебурашка кока-колу пил помногу понемногу,
Глянул в зеркало, на зубы: потемнели, заболели,
А чего же вы хотели?

Газировку реже пейте,
Пейте соки и взрослейте!

15. Стихи о вреде тортов и пирожных для зубов

Праздники я очень люблю,
Жду их я с нетерпением,
Запах пирожных и торта ловлю
С клубничным маминым вареньем.
На празднике ешь ты праздничный торт.
Ты по-кусочку кладешь его в рот.
Но помни – пирожные и торты —
Это сладости.
В них много углеводов и сахара.
А эти продукты разрушают эмаль.
Не забывай правило —
Чтобы избежать беды,
Чтобы не портить зубы
От пирожных и тортов —
После еды – прополощи рот.

16. Кристина-снежинка

Кристина себя называла: «Снежинка»,
Празднует каждый большой снегопад!
Вьюжной порой рисовала картинки, —
В радуге нежных снежинок парад.

«Бывает ли торт из волшебных снежинок?»
Этот вопрос озадачивал всех;
Неподражаемость Кристине смешинок
Блестела, надежда была на успех!

Папа и мама решились на подвиг,
Сделать для Кристины подарок-сюрприз.
Папа- волшебник, немного художник,
Как не исполнить столь милый каприз?

В канун Новогодья, почти без подсказки,
(Папа старинный достал манускрипт),
(Кристина в то время на санках каталась!)
Торт появился, нежнейший бисквит.

Форма снежинки, из крема снежинки,
В радуге сладких снежинок парад,
Где-то внутри – мармеладинки-льдинки,
Мягкий зефир и цветной шоколад!..

Спрятали торт в холодильник на балконе,
Кристина с прогулки усталой пришла,
Чаю горячего с мёдом попила,
Отправилась спать и спала до утра...

Снился сервант, кот мяукнул подсказку:
«Там, наверху, торт стоит и молчит,
Прячется, в прятки играет с тобою,
Хочет собой утолить аппетит!»

Кристина поставила стул и скамейку,
Залезла повыше, придвинула торт,
На цыпочки встала и ...поскользнулась,
Упала, упал и невиданный торт!

Сверху посыпались блюда и чашки,
Целый прекрасный фамильный сервиз!..

Кот улыбнулся, ушёл не прощаясь,
Тихо мяукнул: «Пока, не сердись!..»

Будильник звонил совершенно напрасно,
Всех разбудил! Впереди – Новый год,
Ёлка с игрушками светит огнями,
Сюда Дед Мороз непременно придёт!

Кристина, в пижамке с рисунком снежинок,
К маме бежала про сон рассказать,
Кот Моисей трогал лапкой ботинок,

Очень хотел со шнурком поиграть.

Был «Harry end», Дед Мороз и подарки,
Торт, и улыбок не видно конца,
Кристине не хочется кушать снежинки,
Вижу хитринку и взгляд мудреца...

17. Стихи о вреде чая, кофе для зубов

Врачи не рекомендуют часто пить

Чай и кофе..

Они содержат красители.

Ваши зубы желтеют,

Повреждается зубная эмаль.

Для сохранения белоснежных зубов

После приема чая и кофе

Стоматологи рекомендуют

Прополоскать рот теплой водой.

18. Стихи о вреде чипсов и сухариков для зубов

Ну что, ребята,
Хрустим чипсами и сухариками?
Но они вредны для организма.
Они содержат усилители вкуса,
Они вызывают привыкание
И отказ от здоровой пищи.
Чипсы очень богаты углеводами.
В углеводы входят сахара и акриламид.
Акриламид повреждает нервную систему,
А сахара очень вредны для зубов —
Зубы чернеют и желтеют,
Потом зубы болят —
Кариес появляется в них.
Но стоматологи рекомендуют
После еды чипсов и сухариков
Просто прополоскать рот.

19. Стихи о вреде некоторых ягод для зубов

Ягоды очень полезны для организма,
Богаты они витаминами и минералами.
Но есть некоторые ягоды,
Например, голубика, ежевика,
И, конечно, черника, вишня и клюква
После приема окрашивают Ваши зубы.
И зубы желтеют.
Если зубы подкрасились
После приема этих ягод
Стоматологи советуют
Прополоскать рот водой.

20. Вредны твердые орехи для детских зубов

Дорогой ребенок,
Запомни – вредны твердые орехи
Грызть зубами ради потехи.
Ты – не барсук и не белка,
Новый зуб не вырастит!

21. Отчего Мишутка пустил слезу?

Отчего Мишутка пустил слезу?

Ел он мед в лесу.

Накликал себе беду —

Заболел у Мишутки зуб

Ревет и чешет пуп,

Хотя он сам не глуп.

Знает – вылечит ему больной зуб

Добрый доктор Айболит..

22. Подвиги Мишутки!

Отчего Мишутка пустил свою слезу?
Съел он много мёда у себя в лесу,
Нашёл пчелиный улей, лапой влез в дупло,
Был уверен, думал: «Мишутке повелело!»...

Искусали пчёлы, еле видит глаз,
Зубы заболели в двадцать третий раз!
Он не чистил зубы, дупла там и тут,
Вспомнил Айболита, как его зовут,

Побежал вприпрыжку, очередь занял,
Плакал по дороге, головой кивал,
Попадались шишки по пути ему,
Знаю, эти шишки Мишке ни к чему!

Он по жизни шишек много нахватал,
Говорила мама: «Ты, Мишутка, мал,
Маму, папу слушай, зубки береги,
Будут тебе пышки, будут пироги!...»

Дополнение

1. Д-р Флейшер Г. М. выпустил следующие книги (2008—2020 гг)

1. Флейшер, Г. М. Гомеопатия в стоматологии/ Г. М. Флейшер. Интернет-издание. 2008. 30 с.
2. Флейшер Григорий. Омалодор – неприятный запах выдыхаемого человеком воздуха/ Григорий Флейшер. – LAP LAMBERT Academic Publishing. Германия (2014-09-03) – 149 с. ISBN – 13: 978-3-659- 59715—2. Язык: Русский.
3. Флейшер Григорий. Пропедевтика детской ортопедической стоматологии/ Григорий Флейшер. – LAP LAMBERT Academic Publishing. Германия (2014-09-30) – 68 с. ISBN – 13: 978-3-659-61481-1. Язык: Русский.
4. Флейшер Григорий. Редкие клинические методы оценки гигиены полости рта и языка/ Григорий Флейшер. – LAP LAMBERT Academic Publishing. Германия (2014-10-15) – 74 с. ISBN – 13: 978-3-659-62207-6. Язык: Русский.
5. Флейшер Григорий. Стоматологическое просвещение/ Григорий Флейшер. – LAP LAMBERT Academic Publishing. Германия (2014-10-28) – 427 с. – ISBN – 13: 978-3-659-59586-8. Язык: Русский.

6. Флейшер Григорий. Жевательная резинка: польза или вред? – мнение стоматолога/ Григорий Флейшер. – LAP LAMBERT Academic Publishing. Германия (2014-11-24) – 100 с. – ISBN- 13: 978-3-659-64378-1. Язык: Русский.

7. Флейшер Григорий. Нежелательные эффекты, возникающие в полости рта при приеме лекарств/ Григорий Флейшер. – LAP LAMBERT Academic Publishing. Германия (2014-12-09) – 65 с. ISBN 978-3-659-66163-1. Язык: Русский.

8. Флейшер Григорий. Реминерализация зубов и кариес: проблемы и пути решения/ Григорий Флейшер. – LAP LAMBERT Academic Publishing. Германия (2015-01-19) – 180 с. – ISBN-13: 978-3-659-67278-1. Язык: Русский.

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.