

# Má vaše dítě správný kartáček na zuby?

[Barbora Neubergerová](#)

**Většina rodičů ví, že by si jejich děti měly pravidelně čistit zuby. Mállokterý z rodičů ale ví, jak je důležité, aby dítě mělo správně vybraný a plně funkční zubní kartáček.**



Správně vybraný dětský zubní kartáček by měl mít odpovídající tvar a velikost. „Děti potřebují do svých úst malé zubní kartáčky, takové, které jim umožní snadný přístup i k hůře dostupným zadním zoubkům. Kartáček by měl dítěti vyhovovat nejen velikostí vlastního kartáčku a štětinek, ale i rukojetí. V současné době jsou k dostání i kartáčky, které umožní, aby si dítě zuby čistilo samo a zároveň mu s čištěním pomáhal i rodič. Tyto kartáčky mají speciálně tvarovanou prodlouženou rukojeť a jsou vhodné zejména u dětí, které si zuby začínají čistit samy,“ říká Monika Rosičová z Scanderra Healthcare, jenž se zabývá vývojem zubních kartáčků.

## **Doba vhodná na výměnu zubního kartáčku**

Životnost zubního kartáčku, pokud je správně používán, je asi dva až tři měsíce. „Mnoho rodičů opomíjí stav zubního kartáčku svých dětí, ale i svého, a kartáčky pravidelně nevyměňují. Pokud si ale dítě čistí zuby kartáčkem, který má zpřelámané a roztřepené štětinky, nemůže si zoubky dostatečně vyčistit. Aby kartáček mohl ze zubů odstranit zubní plak, je nutné, aby vlákna štětinek byla pružná a neroztřepená. Vlákna zpřelámaná, taková, která dobře nedrží svůj tvar, nejenže nemohou

dobře odstranit zubní plak, protože nepřílnou k zubní sklovině, ale navíc snadno poškodí měkké tkáně dutiny ústní,“ doplňuje Monika Rosičová.

### **Pozor na bakterie!**

Zubní kartáček by měl sloužit k tomu, aby ze zubní skloviny odstraňoval zubní plak a bakterie v něm přítomné. Jen tak je možné zamezit kazivosti zubů. Ovšem v mnoha případech tak tomu není. „Bakterie žijící v zubním plaku ulpívají na štětinkách zubního kartáčku, a pokud z něj nejsou odstraněny, děti si je při každém čištění vkládají zpět do úst,“ popisuje Rosičová.

### **Jak tomu zabránit?**

Řešení je jednoduché. Zubní kartáčky je třeba řádně omývat pod tekoucí vodou. „To ale malé dítě samo nezvládne, s tím mu musejí pomoci rodiče. Vhodné je i kartáček po omytí opláchnout antibakteriální ústní vodou, která bakterie zachycené ve vláknech kartáčku zahubí. Existují i dezinfekční boxy na zubní kartáčky, které je možné pravidelně k péči o zubní kartáčky používat,“ doplňuje odbornice.

Málokterý z rodičů si uvědomí, že kromě bakterií ze zubního plaku na zubních kartáčkách přežívají i další mikroorganismy. „Na pravidelnou výměnu kartáčků je nutné myslet vždy při po prodělání infekčních onemocněních například po chřipce či angíně. I v tomto případě platí, že mikroorganismy mohou na kartáčku přežívat a děti si je s každým čištěním zoubků přenášejí do úst. To je nebezpečné zejména u malých dětí a u dětí se sníženou imunitou. Samozřejmostí při ústní hygieně by mělo být i to, že každý člen rodiny má svůj zubní kartáček, který si bezpečně pozná a jímž si zuby čistí pouze on. Půjčování si zubního kartáčku či jeho záměna opět vede k přenosu bakterií, které může podpořit kazivost zubů i přenos celé řady infekčních onemocnění,“ uzavírá Monika Rosičová.