

СОГЛАСОВАНО

Специалист по охране труда
МБДОУ «ДСОВ «Аленький цветочек»



О.Ю. Киселева

УТВЕРЖДЕНО

Приказом Заведующего
МБДОУ «ДСОВ «Аленький цветочек»
от 21.02.2022 № 152 од



Инструкция № 40 по правилам безопасного поведения воспитанников при чистке зубов

1. Перед тем, как приступить к чистке зубов, тщательно вымойте руки.
2. Возле умывальника одновременно может находиться не более 2-х человек.
3. Не следует размахивать зубной щеткой, чтобы случайно не травмировать себя и окружающих.
4. Нельзя засовывать зубную щетку глубоко в рот.
5. На щетку следует аккуратно выдавить небольшую горошину зубной пасты.
6. Стоматологи рекомендуют соблюдать такую последовательность при чистке зубов:
 - сначала надо чистить верхние зубы. Чистить их следует с наружной стороны (со стороны губы и щек) круговыми движениями. Начинать лучше с коренных зубов (тех, которые находятся дальше) одной из стороны верхней челюсти;
 - так же чистится внутренняя часть верхних зубов (со стороны неба);
 - далее перейти к наружной стороне нижних зубов. Их тоже необходимо чистить, делая круговые движения;
 - так же чистится внутренняя часть нижних зубов (со стороны языка);
 - когда чистим передние зубы со стороны неба и языка, щетку надо держать вертикально (стоя);
 - самой последней чистится жевательная поверхность верхних и нижних зубов (боковых). Когда их чистим, то щетку держим горизонтально и ведем ее от крайнего до переднего зуба.
7. Не пейте воду при полоскании зубов.
8. Нельзя пробовать на вкус, глотать зубную пасту, пачкать ей лицо и одежду.
9. Не играйте с водой, щеткой и пастой.
10. Не роняйте зубную щетку на пол. Уроненную щетку необходимо немедленно отдать взрослому для специальной обработки. Ни в коем случае не используйте грязную зубную щетку.
11. Чтобы избежать повреждения десен, не давите на них зубной щеткой.
12. При полоскании рта:
 - используйте пластмассовый стаканчик;
 - вода в стакане должна быть только кипяченая;
 - не пейте воду для полоскания.
13. После чистки зубов сполосните и поставьте щетку в специально отведенное место.
14. Если вы выпачкали одежду пастой, сообщите воспитателю.