

04.02 Τα δόντια μας

Η αρχή του ταξιδιού της τροφής



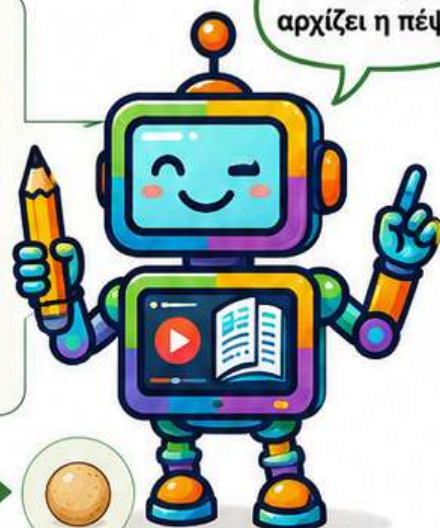
Στόχος: Να καταλαβαίνω πώς αρχίζει η πέψη στο στόμα, ποια είδη δοντιών έχουμε και γιατί χρειάζεται να τα φροντίζουμε.



Η τροφή μπαίνει στο στόμα...



...και αρχίζει η μάσηση!



Στο στόμα αρχίζει η πέψη!



κόβω



σχίζω



μασώ



σάλιο



μπουκιά

Α. Πού αρχίζει η πέψη;

Η πέψη αρχίζει στο στόμα. Τα δόντια κόβουν και μασούν την τροφή. Το σάλιο τη μαλακώνει και σχηματίζεται η μπουκιά.



Β. Νεογιλά και μόνιμα

Τα πρώτα δόντια λέγονται νεογιλά. Βγαίνουν από τον 6ο μήνα ως τα 3 χρόνια και είναι 20. Από τα 6 χρόνια αρχίζουν να πέφτουν και βγαίνουν τα μόνιμα δόντια, που είναι 32.

Νεογιλά δόντια



20

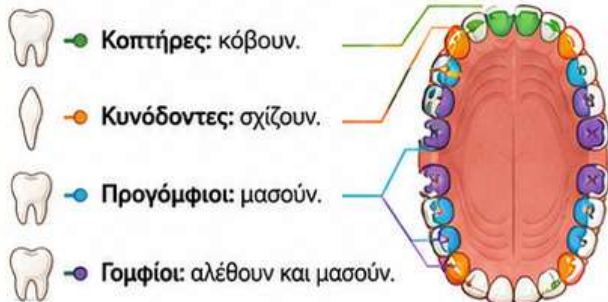
Μόνιμα δόντια



32

Στα νεογιλά δεν υπάρχουν προγόμφιοι.

Γ. Τα είδη των δοντιών



Δ. Φροντίζω τα δόντια μου

Πλένω τα δόντια μου μετά τα γεύματα και οπωσδήποτε το βράδυ. Τρώω τροφές με ασβέστιο, όπως γάλα και γιαούρτι. Προσέχω τη ζάχαρη.



Η πλάκα μπορεί να φέρει τερηδόνα.



Θυμάμαι

• Η πέψη αρχίζει στο στόμα.

• Έχουμε νεογιλά και μόνιμα δόντια.

• Τα δόντια θέλουν βούρτσισμα και σωστή τροφή.

04.02 Τα δόντια μας

Συνέχεια και ασκήσεις

Πρόσεχε
τα δόντια σου
κάθε μέρα!



Προστατεύω τα δόντια μου



Η ζάχαρη και τα υπολείμματα τροφών βλάπτουν τα δόντια.



Η οδοντική πλάκα μπορεί να οδηγήσει σε τερηδόνα.



Η ουλίτιδα είναι πρόβλημα των ούλων.



Βούρτσισμα μετά τα γεύματα και οπωσδήποτε το βράδυ.



Ο οδοντίατρος βοηθά όταν υπάρχει πρόβλημα.



Έξυπνο tip



Βουρτσίζω τα δόντια μου 2-3 λεπτά και φτάνω και στα πίσω δόντια.



Το ήξερες;



Οι φρονιμίτες είναι οι τελευταίοι γομφίοι και συνήθως βγαίνουν σε μεγαλύτερη ηλικία.



Α. Συμπλήρωση κενού

Συμπλήρωσε τα κενά.

1. Η πέψη αρχίζει στο _____.
2. Τα πρώτα δόντια λέγονται _____.
3. Η αρρώστια των ούλων λέγεται _____.

Β. Σωστό ή Λάθος

Γράψε Σ για σωστό ή Λ για λάθος.

1. Τα νεογλά δόντια είναι 20. ☐
2. Η ζάχαρη βοηθά τα δόντια να δυναμώνουν. ☐
3. Στα μόνιμα δόντια υπάρχουν προγόμφιοι. ☐
4. Πρέπει να βουρτσίζουμε τα δόντια μας και το βράδυ. ☐

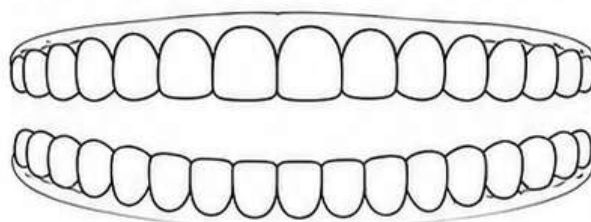
Γ. Αντιστοίχιση

Ένωσε κάθε όνομα δοντιού με τη σωστή λειτουργία.

- | | | | | |
|---------------|--|---|---|--------------------|
| 1. Κοπτήρες | | • | • | μασούν |
| 2. Κυνόδοντες | | • | • | σχίζουν |
| 3. Προγόμφιοι | | • | • | κόβουν |
| 4. Γομφίοι | | • | • | αλέθουν και μασούν |

Δ. Κύκλωσε ή χρωμάτισε

1. Κύκλωσε με πράσινο τους κοπτήρες.
2. Κύκλωσε με πορτοκαλί τους κυνόδοντες.
3. Χρωμάτισε με μπλε ένα δόντι που μασά.



Θυμάμαι

- Προστατεύω τα δόντια μου κάθε μέρα.
- Βουρτσίζω πρωί και βράδυ και μετά τα γεύματα.
- Επισκέπτομαι τον οδοντίατρο τακτικά.