

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

№ 74 «Радость» города Калуги

Консультация на тему:

«Жевательная резинка: польза или вред?»

Подготовила старший воспитатель

Гранкова Надежда Александровна

Жевательная резинка: польза или вред?

- Жевательная резинка не может сравниться с зубной щеткой. При жевании очищается только одна сторона зубов – жевательная.
- Постоянное жевание может оказывать вредное влияние на состояние височно-нижечелюстного сустава, который соединяет височную кость и нижнюю челюсть.
- Жевательная резинка вызывает выделение желудочного сока. Как утверждают гастроэнтерологи, жевание на голодный желудок может привести к появлению или обострению болезней желудка.
- Жевательные резинки, содержащие сахар, способствуют развитию кариеса (кислая среда, возникающая в полости рта при распаде при распаде сахаросодержащих продуктов, создает условия для развития кариесогенных микробов).
- Жевание сопровождается обильным выделением слюны, за счет чего происходит частичное очищение зубов и удаление остатков пищи.
- Жевательные резинки способствуют развитию жевательной мускулатуры, замыканию рта и опосредованно – формированию – носового дыхания.
- Жевание также укрепляет десны, что является профилактической пародонтита.
- Жевательные резинки с заменителями сахара (сорбитол, ксилит) восстанавливают кислотно-щелочной баланс в полости рта.

ЗАПОМНИТЕ:

- жевательная резинка может оказать полезное действие, если не злоупотреблять ею;
- жевать следует непродолжительное время после еды;
- отдавать предпочтение жевательным резинкам, содержащим сахарозаменители;
- заменить чистку зубов жевание резинки не может.