

GUIDE PRATICHE

LO SAI CHE

VADEMECUM

CHI È L'INFERMIERE



SCELTI PER VOI

Infermieri per la salute

Consigli, regole e informazioni utili al servizio del cittadino

INFERMIERI PER LA SALUTE / Lo sai che / Mal di denti: cosa fare se viene ai più piccoli durante le vacanze

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

INVIA

Mal di denti: cosa fare se viene ai più piccoli durante le vacanze

25/07/2014



Secondo gli esperti [dell'Istituto Stomatologico Italiano \(ISI\)](#) quello estivo sembra essere il periodo in cui è maggiore il rischio di carie perchè è maggiore il consumo di gelati, succhi, bevande zuccherate e cibi dolci in genere.

Cosa fare allora per salvaguardare la salute dei denti e non rovinare le vacanze?

Ecco in sintesi alcuni dei consigli degli esperti dell'ISI:

- **Fare attenzione agli alimenti:** non esagerare nel consumo di cibi dolci (bibite, gelati, snack), facilitano la formazione della placca.
- **Fare attenzione ai biberon:** è bene evitare di far addormentare i bambini con il biberon contenente bevande zuccherate o con il ciuccio inzuppato nello zucchero o nel miele, si favorisce la comparsa della carie.
- **Lavare i denti tutti i giorni:** anche se si sta spesso fuori casa è fondamentale lavare i denti almeno tre volte al giorno. Gli esperti sottolineano in particolare l'importanza dell'ultimo lavaggio prima di andare a dormire; durante il giorno a combattere la carie aiuta anche l'azione antibatterica naturale della saliva mentre, invece, di notte i batteri possono "aggreire" i denti con maggiore facilità.
- **Se si deve partire:** prima della partenza è bene fare un controllo dal proprio dentista soprattutto se la meta della vacanza è lontana. Se il bambino porta un apparecchio ortodontico è opportuno verificarne il buono stato e la buona funzionalità con lo specialista.

Per approfondire e/o trovare ulteriori informazioni è possibile consultare il sito del Ministero della Salute all'indirizzo www.salute.gov.it e il sito dell'ISI all'indirizzo www.isimilano.eu.

 Stampa

FILTRA PER CATEGORIA

Stili di vita e salute

La vita quotidiana

I figli

Maternità

Un anziano in casa

Un disabile in casa

Problemi di salute

In ospedale

In vacanza

Al lavoro

Alla fine della vita

Io cittadino

L'infermiere: un alleato per la tua salute

LO SAI CHE

I PIÙ LETTI

Tiroide: al via la settimana mondiale 2014

L'obiettivo dell'iniziativa è di sensibilizzare i cittadini sui problemi riguardanti le malattie della tiroide e

[continua](#)

Infezione da candida: colpisce il 70% delle donne

La candidosi è uno dei più diffusi disturbi ginecologici: ne soffre il 70% delle italiane

[continua](#)

Iniezioni di insulina: è bene essere addestrati

Un recente studio condotto da su 430 pazienti ha messo in luce che una corretta