

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ – ЗДОРОВІ ЗУБИ

Л.Ф.Каськова, О.О.Карпенко, Н.В.Левченко, І.Ю.Ващенко,
О.В.Хміль, І.Л.Маковка, Н.А.Моргун

Визначний педагог сучасності В.А.Сухомлінський у своїй книзі «Серце віддаю дітям» писав: «Я не боюся ще і ще раз повторити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця педагога. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їх духовне життя, світосприйняття, розумовий розвиток, міцність знань, віра у свої сили».

Багато захворювань, або станів, які до них призводять, йдуть своїм корінням у нездоровий образ життя і, таким чином, можуть бути попереджені.

Щоб досягти взаємодії між педагогом і студентом у питанні профілактики будь-яких захворювань важливі три чинники – інформація, мотивація і психомоторні навички.

Нажаль, однієї інформації недостатньо, необхідна мотивація, яка з часом надасть стимул до зміни життя і звичок, що потребують підтримки здоров'я.

Труднощі освіти в цьому питанні складаються в тому, що мотивація і напрацювання психомоторних навичок – це дуже тривалий процес. При цьому цей шлях потребує проходження усіх сходинок – знання, поняття, переконання, навичка, звичка.

Багато стоматологічних хвороб і в першу чергу широко розповсюджені, такі, як карієс зубів і хвороби пародонта, за своїм походженням пов'язані з чинниками ризику, які можна віднести до поведінки людини, тобто до способу його життя. Такі нездорові звички, як часте вживання солодоців та ігнорування чистки зубів є головними причинами хвороб зубів.

Усунення максимальної кількості чинників ризику захворювань можливо при здоровому способу життя. При цьому досягається не тільки визначений рівень стоматологічного здоров'я (тобто низька інтенсивність карієсу і хвороб пародонта, мінімальний ризик злоякісних новоутворень та ін.), але також

забезпечується добре загальне здоров'я і знижується захворюваність серцево-судинної системи та інших хвороб.

Студенти, які навчаються на кафедрі дитячої терапевтичної стоматології з профілактикою стоматологічних захворювань отримують необхідні знання з підтримки здорового способу життя на практичних заняттях та лекціях. Вони отримують інформацію про наявність програм профілактики, що знайомі стоматологам і виходять з очевидних взаємозв'язків факторів ризику і хвороб зубів.

Такі програми профілактики носять назву інтегрованих або комплексних. Найбільш результативна інтегрована програма була розроблена ВООЗ під назвою СІНДІ (оригінальна аббревіатура CINDI) – інтегрована програма профілактики неінфекційних захворювань (включаючи стоматологічні). Інтегрований підхід відображає єдність низки факторів ризику, пов'язаних з різними хронічними хворобами. Одночасне зниження декількох факторів ризику сприяє зменшенню розповсюдженості основних неінфекційних захворювань. Пріоритет надається захворюванням із загальними факторами ризику: хронічні хвороби органів дихання, цукровий діабет і карієс зубів.

Студенти отримують знання, щодо факторів ризику пов'язаних з ведучими неінфекційними захворюваннями, з доказами обраних факторів ризику, методиками втручання і оцінкою ефективності змін.

Але найвищого рівня розуміння людина досягає, коли сама викладає свої знання, вчить іншу людину. Таку можливість студенти отримують під час проведення санітарно-освітньої роботи серед дітей, їх батьків та вихователів освітніх закладів.

Виступи або бесіди студентів з батьками переслідують цілі нагадати батькам про необхідність слідкувати за станом зубів і органів порожнини рота дітей і викликати безпосередню зацікавленість у проведенні заходів з профілактики стоматологічних захворювань.

Вихователям дитячих дошкільних закладів студенти пояснюють цілі і задачі профілактики у стоматології, коло заходів з її проведення, підкреслюючи роль вихователів, бо від їх вимогливості залежить ефективність заходів.

Метою гігієнічного навчання є напрацювання у пересічних громадян, а також у студентів, переконання в необхідності виконання правил здорового способу життя на підставі наукових знань причин захворювань, методів їх попередження і підтримки організму в здоровому стані. Санітарно-освітницька робота передує і сприяє навчанню гігієни порожнини рота, фундаментом якого вона є. Тільки від переконаної в необхідності гігієни людини можна очікувати постійного виконання усіх вимог, закріплення їх у звичку.

Одним з різновидів санітарно-освітньої роботи, яку студенти здійснюють на нашій кафедрі є «Уроки гігієни». Кафедрою накопичений великий досвід проведення саносвітроботи в організованих дошкільних дитячих колективах міста Полтави у вигляді спеціальних уроків на різні теми: про правильний догляд за порожниною рота, про повноцінне харчування і т.п. На цих уроках студенти практично засвоюють особливості підходу до гігієнічного виховання і навчання.

Пасивні форми цієї роботи здійснюються студентами самостійно у вигляді санітарних бюлетенів, спеціальних пам'яток, оформлення плакатів, стендів, виставок і т.п. Активність студентів досягається за допомогою самостійного виконання завдань під контролем педагога.

Активні форми роботи студенти проводять з дітьми дошкільного віку у вигляді бесід або ігрових композицій з метою формування у малюків гігієнічних вмінь, навичок і створення умов для переростання їх у життєву потребу. Заняття з дітьми проводяться з елементами гри („казка про зубну щітку і пасту”, „завітання у гості до зубної щітки” і т.п.). Педагог-керівник допомагає організувати захід і надає методичну допомогу.

Представлені форми роботи відповідають наступним цілям - розвитку стійкого інтересу до предмету; розширенню і поглибленню знань студентів з програмного матеріалу; прищепленню студентам навичок науково-дослідної

роботи; розвитку у студентів вміння самостійно і творче працювати з науково-популярною літературою; розширенню і поглибленню уяви студентів про практичне значення профілактики; вихованню у студентів відчуття колективізму і вміння сполучати індивідуальну роботу з колективною; встановленню більш тісних ділових контактів між викладачем і студентами і на цій основі більш глибокому вивченню пізнавальних інтересів і потреб студентів і формування у них здорового образу життя.