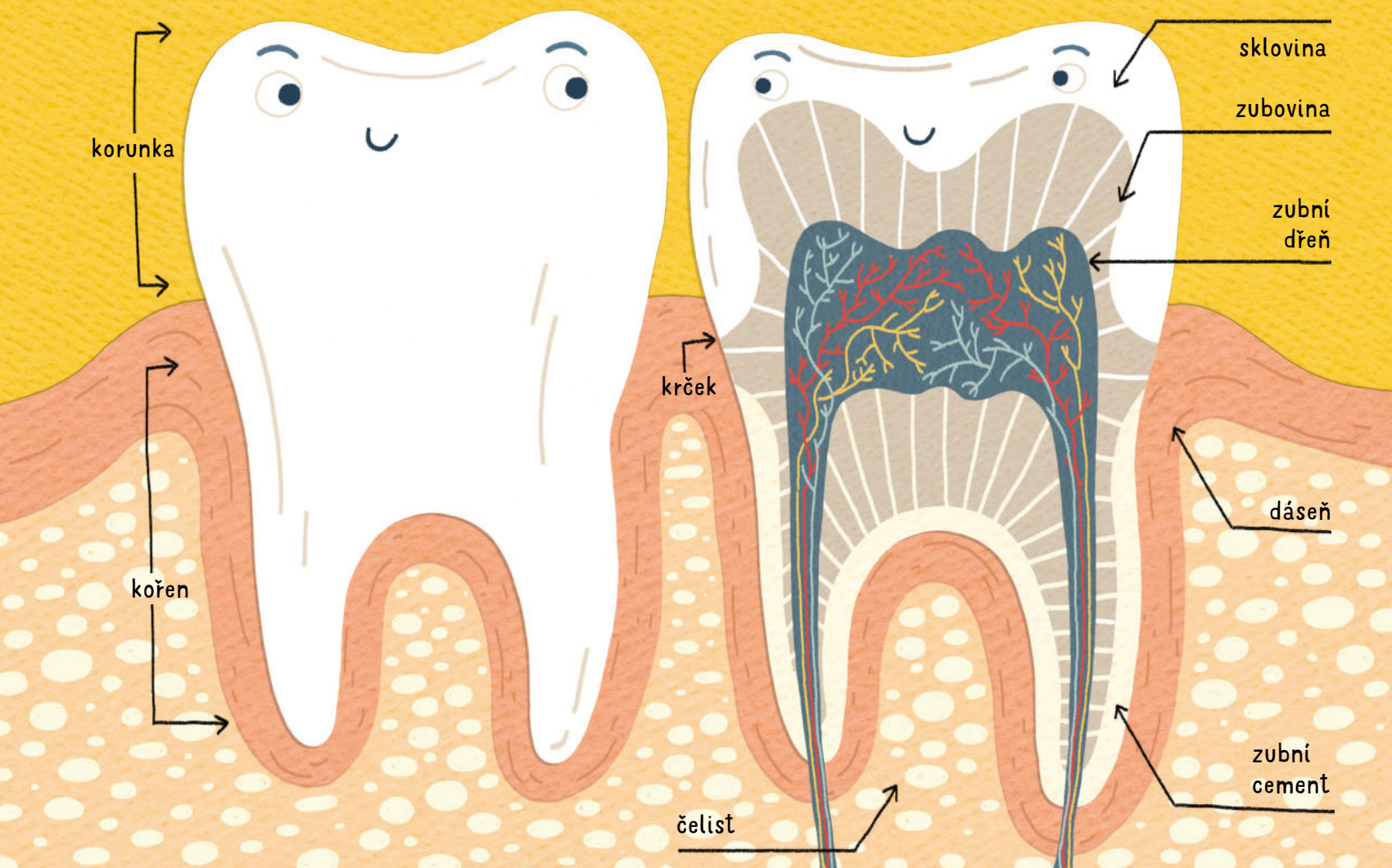


AHOJ, JÁ JSEM ZUB

Mým domovem je tvoje pusa a zdaleka v ní nejsem sám. Je nás tam hned několik, vlastně celá rodinka zubů. Někteří nahoře, jiní dole. Všichni jsme drsní a odolní, však už sám nejlíp víš, na co nás v puse máš... Co ale možná nevíš, je to, jak vypadáme uvnitř. To, co v puse vidíš, je totiž jenom naše malá část.



KORUNKA – část zubu, kterou vidíš, když otevřeš pusu. Chrání ji sklovina.

KOŘEN – skrytá část zubu s veledůležitou funkcí: drží zub v kosti, a ten ti tedy jen tak nevypadne.

KRČEK – schovává se pod dásni a odděluje korunku od zbytku zubu.

SKLOVINA – pokrývá korunku zubu a chrání ji, je silná 1–3 mm a také extrémně tvrdá. Opravdu hodně toho vydrží. Jakmile se ale poškodí, již se sama neobnoví.

ZUBOVINA – kosti podobná žlutobílá hmota, která tvoří většinu zubu.

ZUBNÍ DŘEŇ – měkká tkáň uvnitř zubu, kde se nacházejí nervy a cévy. Ty zub vyživují a také díky nim cítíš teplé a studené, tlak nebo bolest.

ZUBNÍ CEMENT – jeho tenká vrstva pokrývá kořen zubu a pomáhá ho držet na svém místě.

ČELIST – kost, ve které jsou zuby usazeny svými kořeny. Dolní čelist je pohyblivá a díky tomu dokážeš kousat.

DÁSEŇ – sliznice, která obklopuje zuby.

KDE SE ZUBY BEROU A PROČ TO BOLÍ?

Jednoho dne nám zuby prostě začnou růst v puse. Už je nebaví být schované pod dásní, a tak vyrazí na cestu ven. Když se to stane, jsme ještě malinkatá miminka a naštěstí si to později nebudeme pamatovat. A to je dobře, protože když zuby rostou, tak to bohužel bolí. Jednoho míň, druhého víc... a rodiče někdy úplně nejvíc. Zuby se totiž musí prořezat dásní a to není jen tak. Každý nový zub je proto důvod k oslavě!



Ahoj Honzo!
Že ti to ale trvalo.

KDYŽ ROSTOU PRVNÍ ZUBY, MŮŽE SE S NÁMI DÍT TOTO:



Jsme nevrlí a snadno se rozpláceme.



Máme červené tváře, špatně jíme i spíme.



Strkáme si prsty do pusy.



Můžeme mít teplotu.

NAŠTĚSTÍ EXISTUJÍ RŮZNÉ FÍGLE A POMŮCKY, KTERÉ UMÍ BOLEST ZAHNAT:



MLÉČNÝ CHRUP

Tvoří se již v době, kdy jsi u maminky v bříšku, ale z dásně se zuby začínou klubat, až když je ti přibližně půl roku. Většinou se jako první objeví spodní řezáky, posledními opozdilci pak nejčastěji bývají horní stoličky. Až ti vyrostou mléčné zoubky všechny, budeš jich mít rovných 20. Přibližně v šesti letech ti začnou postupně vypadávat a na jejich místě vyrostou zuby stálé.

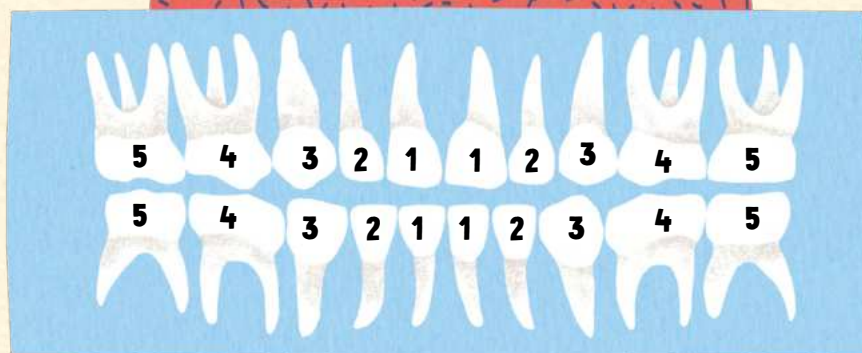


Moje první zuby.



Všimni si:

každý zub má
jiný počet kořenů



CHRUP?

To jsou všechny zuby v naší puse. Všimni si ale, že nejsou všechny stejné. Tvar jednotlivých zubů se totiž liší podle toho, s čím nám pomáhají při jídle. Ukusujeme jimi, nebo žvýkáme? Stejně druhy zubů máme na levé i na pravé straně, zuby horní se podobají dolním. A jsou to:

ŘEZÁKY

jsou ostré
a hodí se
k ukousnutí
jídla.



ŠPIČÁKY

pomáhají
odtrhnout větší
kusy jídla.



STOLÍČKY

jsou největší zuby s kousací
plochou a malými hrbolky -
mají za úkol jídlo pořádně
rozkousat.

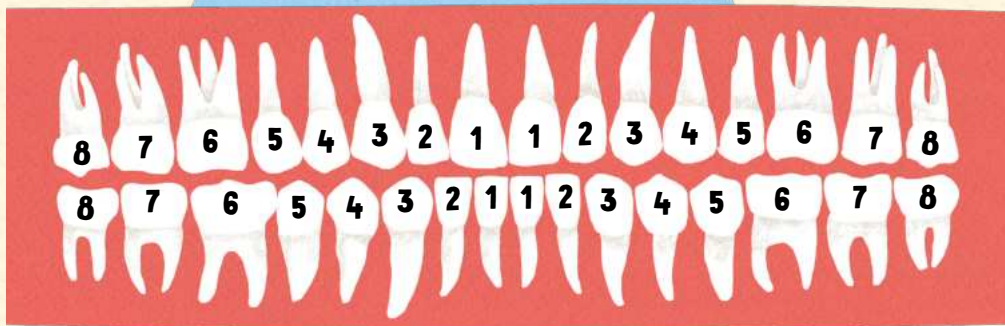


STÁLÝ CHRUP

První ze stálých zubů se objeví zhruba v době, kdy je ti šest a ty další pak postupně rostou několik let. Všechny netrpělivě čekají ukryté pod drobnějšími mléčnými zoubky, vytlačují je a zabydlují se na jejich místě. Než se zuby vymění a dorostou ty, které budou oproti mléčnému chrupu navíc, trvá to přibližně do tvých třináctých narozenin. Poslední stoličky, osmičky, se vyklubou dokonce ještě později. Stálé zuby jsou větší a je jich o 12 víc. Jasně, spočítám ti to, dospělý chrup má 32 zubů.

Moje druhé
a poslední zuby.

32×



ZUBY TŘENOVÉ

má pouze stálý chrup.

V mléčném chrupu jsou na jejich místě stoličky, kterým se hodně podobají – jen jsou menší a mají méně kořenů a hrbolků.

TŘETÍ ZUBY?



Spolu s námi stárnou i naše zuby. Velmi staří lidé tak přece jen mají **třetí zuby** – říkáme jim protéza neboli zuby umělé.

PROČ SE O ZUBY MUSÍME STARAT?

Myslím, že odpověď znáš. Ale ano, můžeme si ji říct i spolu pěkně nahlas. O zuby, a to pozor, i o ty mléčné, se musíš starat proto, aby...



...aby tě nebolely,
protože bolavé zuby umí
fakt potrápít.



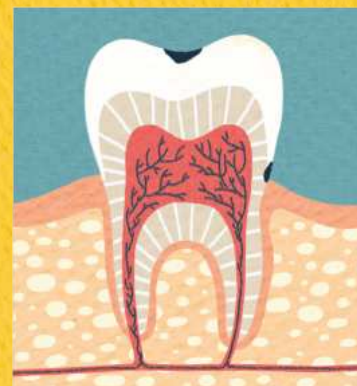
...aby ti nezapáchalo z úst,
protože zkažené zuby otravují tvůj
dech i okolí.



...abys mohl jíst cokoli, na co
máš chuť, protože bez zubů bys byl
odkázán na kaše a mixovanou stravu.



ZUBNÍ KAZ



Když se o zuby nestaráme, objeví se zubní kaz. Jak jako objeví? Jen tak? Samozřejmě že ne. Způsobují ho bakterie, které žijí v naší puse. Na zubech se nám tvoří tenoučká, skoro neviditelná vrstva. Říkáme jí plak a bakteriím se v ní náramně líbí. Cukr, který jim



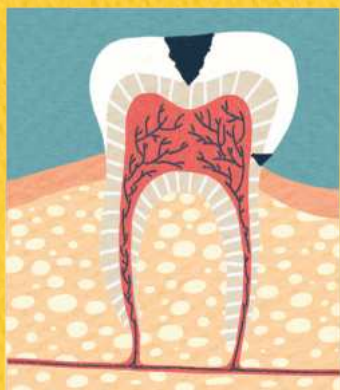
...aby byl tvůj úsměv krásnější,
protože zkažené zuby nejsou pěkné.



...abys nemusel pořád sedět u zubaře,
protože existuje lepší zábava.



...aby ti bylo dobře rozumět, protože kdyby ti zuby vypadaly, budeš šišlat.



dodáváme jídlem, proměňují v kyseliny a ty, ou ou, oslabují zubní sklovinu. A je to, kaz je na světě! Pokud má vhodné podmínky, šíří se hlouběji a hlouběji do našeho zubu. A jakmile se prokouše na zubní dřeň, kde jsou nervy, začne také bolet. Auvajs.

Kaz je hodně zákeřný. Okem ho nevidíme, a dokud nezačne bolet, nemusíme o něm vůbec vědět. Úplně nejlepší je s kazy bojovat tím, že jim vůbec nedáme šanci vzniknout – a to správným čištěním. **Takže jak na to?**

