



**Przedszkolny Program Zdrowia Jamy Ustnej i Zapobiegania
Próchnicy skierowany do dzieci z województwa
zachodniopomorskiego pod hasłem
„Zdrowe zęby mamy - marchewkę zajadamy”**



I. Diagnoza potrzeb.

W Polsce najważniejszym problemem związanym ze zdrowiem jamy ustnej u dzieci i młodzieży pozostaje próchnica. Bardzo zły stan uzębienia cechuje w Polsce szczególnie dzieci przedszkolne.

Za stan zdrowia jamy ustnej odpowiadają w głównej mierze wyniesione z dzieciństwa zachowania profilaktyczne oraz gotowość do poddawania się kontroli i działaniom leczniczym ze strony lekarzy stomatologów.

Próchnica dotyczy 35-50% dzieci w wieku 2-3 lat, 56-60% dzieci w wieku 3-4 lat i blisko 100% dzieci w wieku 6-7 lat. Ponadto blisko 90% dzieci 12-letnich w Polsce ma stwierdzoną próchnicę, co plasuje nas na przedostatnim miejscu wśród krajów europejskich pod względem występowania tej choroby u 12-latków (Pawka i wsp., 2010).

Według danych z Programu Ministerstwa Zdrowia pt. „Monitorowanie stanu zdrowia jamy ustnej populacji polskiej w latach 2013-2015” ponad 50% dzieci w wieku 3 lat w Polsce ma zęby z ubytkami próchnicowymi (próchnicą wczesną). U dzieci w tym wieku średnio objęte są próchnicą 3 zęby. Większość, ponad 60% matek dzieci w wieku 3 lat nie było nigdy z dzieckiem u stomatologa. U dzieci w wieku 5 lat stwierdza się średnio 5 zębów z ubytkami próchnicowymi, a odsetek dzieci w wieku 5 lat bez próchnicy nie przekracza 20%. 2

Badania pokazują, że jedynie w 1/5 zbadanych przedszkoli realizowana jest profilaktyka próchnicy zębów (Marcinkowska U. i wsp., 2013). Ponadto tylko w 1/3 gabinetów stomatologicznych instruuje się dzieci na temat zasad prawidłowej higieny jamy ustnej, zaś średni wiek dziecka podczas wizyty adaptacyjnej w gabinecie stomatologicznym wynosi ok. 2,9 roku. Jednocześnie 22% dzieci w wieku 4-6 lat nigdy nie było u stomatologa (Marcinkowska U. i wsp., 2013).

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia liczbę mieszkańców globu z próchnicą zębów szacuje się na 5 mld osób. W skali globalnej do problemów związanych ze zdrowiem jamy ustnej oprócz próchnicy zębów należą: choroby przyzębia (choroby dziąseł) oraz nowotwory jamy ustnej. Dotyczą one najczęściej uboższych społeczeństw. W przypadku chorób przyzębia znaczenia nabierają dodatkowe czynniki ryzyka związane ze stanem zdrowia jamy ustnej, takie jak palenie papierosów i spożywanie alkoholu.

Światowy Program Zdrowia Jamy Ustnej WHO kładzie nacisk na główne czynniki ryzyka zachorowań: konsumpcję cukru, niedostatek wapnia i innych substancji odżywczych (mikroelementów) oraz używanie tytoniu. Jednym z celów zdrowotnych WHO do osiągnięcia do 2020r. jest zwiększenie we wszystkich krajach europejskich odsetka dzieci 6-letnich bez próchnicy do 80% oraz obniżenie średniej liczby zębów objętych próchnicą u dzieci w wieku 12 lat do nie więcej niż półtora zęba. 3

II. Cele i zadania.

Cel główny: Prowadzenie edukacji prozdrowotnej w zakresie higieny i zdrowia jamy ustnej wśród dzieci i ich opiekunów w przedszkolach województwa zachodniopomorskiego.

Cele szczegółowe:

- kształtowanie właściwych nawyków higienicznych w zakresie zdrowia jamy ustnej u dzieci,
- kształtowanie właściwych nawyków dietetycznych w zakresie zdrowia jamy ustnej u dzieci,
- wprowadzenie i popularyzacja treści prozdrowotnych w zakresie zdrowia jamy ustnej wśród nauczycieli przedszkolnych i rodziców (opiekunów) dzieci. 4

III. Metody i techniki.

W zależności od grupy wiekowej odbiorców w programie wykorzystuje się następujące metody i techniki: **Metody i techniki prowadzenia programu w zależności od grupy odbiorców**

Dzieci w grupach przedszkolnych	Nauczyciele przedszkolni	Rodzice (opiekunowie dzieci)
Zabawy edukacyjne, instruktaż mycia zębów, prace plastyczne, ćwiczenie prawidłowego mycia zębów, pogadanki, wycieczka, opowiadanie, konkurs	Narady, szkolenie, wykład, rozmowy indywidualne, instruktaż mycia zębów	Wykład, pogadanka, instruktaż mycia zębów, konkurs

W grupach przedszkolnych program adresowany jest do:

- dzieci w wieku 3-5 lat,
- rodziców (opiekunów) dzieci objętych edukacją.

Program ma charakter uniwersalny. Treści programowe mogą być powtarzane w kolejnych latach edukacji przedszkolnej oraz dostosowywane i rozwijane adekwatnie do indywidualnych preferencji nauczycieli wychowania przedszkolnego.

Warunki prowadzenia zajęć:

- podpisane szczoteczki i kubki do mycia zębów dla każdego dziecka,
- kartki papieru formatu A4,
- prezentacja multimedialna,
- pomoce dydaktyczne opracowane przez promotorów zdrowia w WSSE w Szczecinie, PSSE i nauczycieli wychowania przedszkolnego. 5

Program nie wyklucza wprowadzenia dodatkowych materiałów edukacyjnych do jego realizacji, opracowanych przez powiatowych promotorów zdrowia w PSSE lub nauczycieli przedszkolnych.

IV. Zasoby.

Zasoby ludzkie: promotorzy zdrowia z WSSE w Szczecinie i PSSE w województwie zachodniopomorskim, przedszkolni koordynatorzy programu, nauczyciele wychowania przedszkolnego

Osoby współpracujące przy realizacji programu: rodzice (opiekunowie) dzieci, dyrektorzy przedszkoli, nauczyciele, stomatolog, pielęgniarka, higienistka przedszkolna

Zasoby materialne: model uzębienia człowieka i szczoteczki do mycia zębów

Łączny czas realizacji programu: 5-6 h

Łączny czas realizacji programu obejmuje szkolenie nauczycieli, edukację dzieci i rodziców.

Harmonogram realizacji zadań Przedszkolnego Programu Zdrowia Jamy Ustnej i Zapobiegania Próchnicy pod hasłem „Zdrowe zęby mamy - marchewkę zajadamy”

L.P	Zadania	Formy realizacji	Osoby odpowiedzialne	Termin
1.	Zainicjowanie programu – wyłonienie przedszkolnego koordynatora programu. Omówienie celów i podejmowanych działań w ramach realizacji programu	Szkolenie, przekazanie programu	R. Wiatrzyk	Grudzień
2.	Zapoznanie nauczycieli z programem	Przekazanie nauczycielom programu i scenariuszy bloków	K. Zasada I.	Styczeń

		tematycznych	Pawłowska	
3.	Zapoznanie rodziców na zebraniu grupowym z założeniami realizowanego programu.	Pedagogizacja rodziców- wykład i instruktaż Prezentacja multimedialna	Wychowawcy grup	Styczeń
4.	Realizacja bloku tematycznego „Zdrowe ząbki i piękny uśmiech”;	Realizacja scenariusza edukacyjnego	Wychowawcy grup	styczeń
5.	Realizacja bloku tematycznego „ Co lubią gryźć zdrowe ząbki?”	Realizacja scenariusza edukacyjnego	Wychowawcy grup	Luty
6.	Realizacja bloku tematycznego „Wizyta u stomatologa to fajna przygoda”;	Realizacja scenariusza edukacyjnego Wycieczka do gabinetu stomatologicznego	K. Zasada I. Pawłowska	Marzec
7.	Realizacja bloku tematycznego „ Pamiętaj o myciu ząbków”	Realizacja scenariusza edukacyjnego	Wychowawcy grup	Kwiecień
8.	Quiz wiedzy „ Zdrowe zęby mamy bo zdrowo się odżywiamy”	Quiz dla dzieci 5,5-6letnich	K. Zasada I. Pawłowska	Maj