Как только заканчивается тяжелый период младенческих колик, родители с затаенным страхом ждут, когда начнут прорезываться зубки. Вопреки распространенному мнению, первые зубы далеко не всегда становятся серьезной проблемой. Рассказываем, когда их ждать и к чему готовиться.

Когда ждать первый зуб?

Многие родители ждут первых зубов, когда малыш начинает пускать слюни и засовывать пальчики в рот. Это происходит в возрасте трех-четырех месяцев.

Однако такое поведение – нормальный этап в развитии ребенка, который начал знакомится с собственными руками, но еще не научился нормально сглатывать слюну.

Специалисты говорят, что первый зуб может появиться в любое время с третьего по 15 месяц жизни малыша. У большинства детей прорезывание зубов начинается в возрасте **от четырех до семи месяцев.**

Симптомы прорезывания зубов

- Резкое усиление слюнотечения;
- Снижение аппетита к твердой пище;
- Ребенок кусается, тянет в рот все подручные предметы и пытается их жевать;
- Малыш пытается потереться ухом;
- Малыш раздражителен и плаксив;
- У ребенка нарушен сон.

Эти симптомы возникают обычно за три-четыре дня до появления зуба и проходят через день-два после его прорезывания. Как правило, после появления одного-двух зубов организм малыша «берет паузу», и зубы не режутся в течение нескольких недель или месяцев.

Зубы и температура

Прорезывание зубов может стать причиной повышения температуры. В тот день, когда зуб прорывает десну, может наблюдаться даже незначительная лихорадка.

Если температура поднимается **выше 38 градуса** по Цельсию, длится несколько дней

и сопровождается вялостью, насморком, сыпью или диареей, а малыш постоянно плачет и держится за ушки или голову, вам надо срочно обратиться к врачу. Возможно, прорезывание зуба совпало с болезнью малыша.

Как помочь малышу?

Педиатры говорят, что у большинства детей зубы прорезываются относительно безболезненно, и это состояние не требует вмешательства. Однако малышу и его зубам можно немного помочь:

- Купите **резиновые и силиконовые прорезыватели для зубов**. Некоторые из них можно охлаждать в холодильнике – прохладный материал снижает неприятные ощущения.
- Некоторые дети предпочитают **жевать и сосать ткань**. Сделайте малышу несколько лоскутов для жевания. Не забывайте их ежедневно стирать.
- Помассируйте малышу десны чистым пальцем или **силиконовой зубной щеточкой**.
- Если малыш постоянно плачет и не может заснуть, проконсультируйтесь с педиатром и попросите его подобрать средство для снижения боли. Запомните, что подобные лекарства, предназначенные для младенцев, можно давать только с шести месяцев.
- Педиатр также может порекомендовать специальные **гели, снимающие боль и отек** во рту малыша. Не злоупотребляйте этими средствами: многие родители путают симптомы прорезывания зубов с другими проблемами, например, вирусными инфекциями, заболеваниями ушей или нарушением сна.

Стоит запомнить:

- Первый зуб может появиться в возрасте от трех до 15 месяцев.
- Прорезывание зубов относительно безболезненно для большинства детей.
- Неприятные симптомы при режущихся зубах длятся всего несколько дней.
- Высокая температура далеко не всегда означает, что у малыша режется зуб, даже если у него течет слюна и набухли десны.
- Обезболивающими гелями и сиропами злоупотреблять нельзя. Кроме того, не забывайте, что они должны быть назначены педиатром!
- Режущиеся зубы – это не самая большая проблема. Постарайтесь не зацикливаться на ней и поменьше нервничать. Сайт "Здоровая Россия"