**„Dziel się Uśmiechem”**

**„Dziel się Uśmiechem” to ogólnopolski program edukacyjny organizowany od 2013 roku przez Polski Czerwony Krzyż i firmę Mars, we współpracy z Polskim Towarzystwem Stomatologicznym oraz Polskim Towarzystwem Stomatologii Dziecięcej. Celem programu jest nauczenie dzieci, co powinny robić, aby ich zęby były zdrowe. Program jest odpowiedzią na ważny problem społeczny. Jak pokazują badania i statystyki próchnica dotyka niemal 82% sześciolatków w Polsce1.**

**PROGRAM W LICZBACH:**

* Program jest organizowany **od 2013 roku**, do tej pory odbyło się 7 edycji**.**
* W roku szkolnym **2020-2021 odbędzie się 8. edycja „Dziel się Uśmiechem”**
* **Ponad 600 tys. dzieci** wzięło łącznie udział w lekcjach edukacyjnych w ramach programu
* **100 tys. dzieci każdego** **roku** bierze udział w lekcjach dbania o zdrowy uśmiech
* **765 szkół podstawowych** uczestniczyło w programie w ostatniej, siódmej edycji
* Program jest w całości finansowany przez firmę Mars Polska, która co roku przekazuje na jego realizację **1% ze sprzedaży dowolnych gum Orbit®** we wskazanych miesiącach, zazwyczaj wczesną jesienią
* Przez pierwsze 5 lat trwania programu **46 tys. uczniów** skorzystało z bezpłatnych przeglądów stomatologicznych
* Ambasadorką programu od siódmej edycji jest **Magdalena Różczka**
* W ramach zajęć edukacyjnych dzieci poznają **4 proste kroki do zdrowych i czystych zębów**:
  1. Pierwszy z nich to szczotkowanie zębów pastą z fluorem przynajmniej dwa razy w ciągu dnia.
  2. Kolejny dotyczy używania dodatkowych produktów przeznaczonych do higieny jamy ustnej, tj. płyn do płukania ust, czy nić dentystyczna.
  3. Zdarza się, że po zjedzeniu lub wypiciu posiłku nie mamy możliwości umycia zębów a pozostawione resztki pokarmów i cukrów wchodzą w reakcję z płytką nazębną i tworzą kwasy, które niszczą szkliwo. Aby tego uniknąć, należy wykonać krok trzeci, czyli sięgnąć po bezcukrową gumę. Żucie jej przez 10 minut po posiłku wpływa na zwiększenie produkcji śliny, która pomaga wypłukać resztki jedzenia.
  4. Czwartym, równie istotnym krokiem jest regularna kontrola zębów u dentysty, przynajmniej raz na pół roku.
* **Materiały edukacyjne** dla uczniów, stworzone przez PCK we współpracy z ekspertami z PTS oraz PTSD, składają się z książeczek w dwóch wersjach – dla dzieci z klas 1-3 i 4-6 szkoły podstawowej – oraz pakietów do pielęgnacji zębów zawierających szczoteczkę do zębów, pastę i bezcukrową gumę do żucia Orbit. W książeczkach znajdują się porady i wskazówki dotyczące higieny jamy ustnej. Materiały za pośrednictwem lokalnych oddziałów PCK trafiają do szkół podstawowych na terenie całego kraju.

**ŹRÓDŁO DANYCH:**

1. Raport: „Monitorowanie stanu zdrowia jamy ustnej populacji polskiej i jego uwarunkowań w latach 2016-2020. Ocena stanu zdrowia jamy ustnej i jego uwarunkowań w populacji polskiej w wieku 6, i 10 oraz 15 lat w 2018 roku” red. Dorota Olczak-Kowalczyk, Oficyna Wydawnicza Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, 2019.

**Stan zdrowia jamy ustnej dzieci w Polsce**

**ZDROWIE ZĘBÓW U DZIECI W POLSCE**

* U **81,6 % dzieci w wieku 6 lat** występowała choroba próchnicowa (2 Raport, Str. 57, tab. 5,5)
* W latach 2002-2018 o **około 21%** obniżyła się intensywność próchnicy (wartość PUWZ\*) zębów mlecznych u sześciolatków, ujawniając nieregularny trend spadkowy. Jednocześnie, w tym samym okresie liczba zębów stałych objętych procesem próchnicowym pozostała na zbliżonym poziomie (2 Raport, str. 87/88, ryc. 6.2).
* U **8 % dzieci** w wieku 6 lat z powodu próchnicy należy usunąć co najmniej 1 ząb (2 Raport, str.115, tab.7,33;)
* W ciągu ostatnich 12 miesięcy przed udziałem w badaniu **51,9 % dzieci w wieku 6 lat** odczuwało ból lub dyskomfort ze strony jamy ustnej (2 Raport, Str. 117, tab. 7,35)
* **Co dwudziesty pierwszoklasista (4,9%)** opuścił dzień w szkole z powodu bólu zęba (2 Raport str. 122, tab. 7,43)
* Aż **46% dzieci posiada wypełnienia** **w zębach**, w tym 21% w zębach stałych, a 33% w zębach mlecznych (Raport 1, str. 21)
* Średnio na **1 dziecko** w wieku szkolnym przypadają **trzy zęby z próchnicą** (Raport 1, str. 18)

**WIZYTY U STOMATOLOGA**

* **19,9 % badanych** jako powód ostatniej wizyty dziecka 6-letniego w gabinecie stomatologicznym wskazało ból lub dolegliwości związane z zębami, dziąsłami lub jamą ustną (2 Raport, str.114)
* **2/3 dzieci w wieku szkolnym** odwiedza lekarza dentystę 1-2 razy w roku. Najczęstszym powodem wizyty jest kontrola połączona z leczeniem (1 Raport, str. 13)
* **Mniej niż połowa (43,8%) sześciolatków** była w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed udziałem w badaniu na wizycie kontrolnej u dentysty (2 Raport, str. 117)

**HIGIENA JAMY USTNEJ U DZIECI**

* Zdaniem lekarzy dentystów **27,5% dzieci** powinno dokładniej szczotkować zęby, ponieważ znajduje się na nich dużo nalotu (płytki nazębnej) (Raport 2, str.115, tab.7,33)
* **69,3 % dzieci w wieku 6 lat** szczotkuje zęby 2 razy dziennie, a 24,5 % szczotkuje je raz dziennie, reszta dzieci robi to rzadziej (2 Raport, str.124, tab. 7,45)
* **3,1 % dzieci** sięga codziennie po gumy do żucia bez cukru, 25,2% kilka razy lub 1 raz w tygodniu, a pozostały odsetek dzieci robi to kilka razy w miesiącu lub rzadziej (2 Raport, str. 131, tab. 7,6)
* **Niemal połowa** dzieci używa akcesoriów do higieny jamy ustnej innych niż szczoteczka do zębów; najczęściej wybierane są: bezcukrowa guma do żucia oraz płyn do płukania jamy ustnej (1 Raport, str.13)
* Dzieci niedostatecznie często mają wymieniane szczoteczki do zębów. **6 na 10 badanych** ma wymienianą szczoteczkę 2 razy w roku lub rzadziej (1 Raport, str. 13)

\* PUWZ – wskaźnik pozwalający określić stan zdrowia jamy ustnej, wyrażający liczbę zębów (lub powierzchni) stałych albo mlecznych z aktualną próchnicą, usuniętych z powodu próchnicy lub wypełnionych z powodu próchnicy.

**ŹRÓDŁA DANYCH:**

1. Raport nt. stanu uzębienia dzieci (5-13 lat) w Polsce na podstawie „Badania przesiewowego stanu uzębienia wśród dzieci ze szkół podstawowych – fala 5” w ramach ogólnopolskiego programu „Dziel się Uśmiechem” przeprowadzonego w latach 2017-2018 przez IPSOS na zlecenie Mars Polska dostępny pod: [https://mojorbit.pl/docs/Dziel\_sie\_Usmiechem\_Stan\_ uzebienia\_dzieci\_fala\_5\_06042018.pdf](https://mojorbit.pl/docs/Dziel_sie_Usmiechem_Stan_%20uzebienia_dzieci_fala_5_06042018.pdf)
2. Raport: „Monitorowanie stanu zdrowia jamy ustnej populacji polskiej i jego uwarunkowań w latach 2016-2020. Ocena stanu zdrowia jamy ustnej i jego uwarunkowań w populacji polskiej w wieku 6, i 10 oraz 15 lat w 2018 roku” red. Dorota Olczak-Kowalczyk, Oficyna Wydawnicza Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, 2019.