

Standardi za pilot projekt nadziranog četkanja zubi u vrtićima i školama

Idemo u vrtić i u školu
sa zdravim i sretnim
osmijehom



STANDARDI ZA PILOT PROJEKT NADZIRANOG ČETKANJA ZUBI U VRTIĆIMA I ŠKOLAMA

Izdavač
Hrvatski zavod za javno zdravstvo
Rockefellerova 7
10000 Zagreb

Za izdavača
doc. dr. sc. **Krunoslav Capak**, prim. dr. med.

Urednici:

dr. sc. **Ivana Pavić Šimetin***, dr. med.

Zrinka Didak, dr. med. dent.*

prof. dr. sc. **Hrvoje Jurić**, dr. med. dent.**

dr. sc. **Anka Kvesić Jurišić**, dr. med. dent.***

Ana Malenica, dr. med. dent.***

*Hrvatski zavod za javno zdravstvo

**Stomatološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu

***Nacionalno povjerenstvo za dentalnu medicinu Ministarstva zdravstva

Ova publikacija izrađena je na temelju suglasnosti Nacionalnog povjerenstva za dentalnu medicinu Ministarstva zdravstva

Grafička priprema i priprema za tisak: Hrvatski zavod za javno zdravstvo

Zagreb, prosinac 2018. godine

ISBN 978-953-7031-78-7

Uvod

Standardi za pilot projekt nadziranog četkanja zubi u vrtićima i školama preuzeti su iz škotskog nacionalnog programa Childsmile, prevedeni i prilagođeni uvjetima predškolskog i školskog sustava u Republici Hrvatskoj.

Također su preuzeti i prilagođeni elementi Uredbe (EZ) br. 1223/2009 Europskog parlamenta i Vijeća o kozmetičkim proizvodima od 30. studenog 2009. i publikacije *“Protokol četkanja zubi kod djece u dobi od 3-5 godina”*, Stomatološki fakultet, Sveučilište Iowa.

Standardi za pilot projekt nadziranog četkanja zubi u vrtićima i školama

Standard 1: Organizacija

Stavka 1(a)

Provođenje pilot projekta nadziranog četkanja zubi (pranje zubi) u vrtićima i školama mora biti u skladu s preporukama Standarda.

Obrazloženje

Pilot projekt nadziranog četkanja zubi razvio se s ciljem razvoja cjelovitih standarda nadziranog četkanja zubi u vrtićima i školama.

Kriteriji

- 1.1 Projekt može biti na raspolaganju svoj djeci, bez obzira pohađaju li cjelodnevni ili poludnevni program u vrtiću.
- 1.2 Djeca svaki dan četkaju zube u sklopu pilot projekta nadziranog četkanja zubi.
- 1.3 Sve ustanove koje su uključene u pilot projekt, imaju određenog voditelja koji je odgovoran za program četkanja zubi.
- 1.4 Svim je ustanovama na raspolaganju stručna podrška zdravstvenih voditelja u predškolskoj ustanovi ili medicinske sestre iz tima školske medicine.
- 1.5 Svi su provoditelji pilot projekta nadziranog četkanja zubi prošli edukaciju o učinkovitom četkanju zubi i postupcima kontrole zaraze.
- 1.6 Uspostavljene su odgovarajuće mjere za suglasnost roditelja na način da se podrazumijeva da sva djeca sudjeluju u četkanju zubi zubnom pastom s fluorom, osim one djece čiji roditelji/staratelji u pisanom obliku u upravi ustanove odbiju sudjelovanje ili daju suglasnost za četkanje zubnom pastom bez fluora.
- 1.7 Vodi se evidencija.
- 1.8 Svim su ustanovama dostupne cjelovite i skraćene verzije Standarda za pilot projekt nadziranog četkanja zubi u vrtićima i školama.

Standard 2: Učinkovita preventivna praksa

Stavka 2(a)

Djeca koriste odgovarajuću količinu paste za zube prema protokolu koji smanjuje rizik za razvoj zaraze.

Obrazloženje

Redovito dnevno četkanje zubi odgovarajućom pastom za zube s fluorom je vrlo učinkovito u prevenciji karijesa. U ranom djetinjstvu bitno je uspostaviti dobru praksu oralne higijene koja treba postati sastavni dio uobičajene dnevne higijene.

Kriteriji

- 2.1 Koristi se pasta za zube koja sadrži 1450 ppm fluora, u skladu s Uredbom (EZ) br. 1223/2009 Europskog parlamenta i Vijeća o kozmetičkim proizvodima (30. studeni 2009.) čime je utvrđena količina fluora koja sprječava karijes, a nije štetna za zdravlje djeteta. Za upotrebu paste bez fluora nema stručnog opravdanja i znanstvenih dokaza o sprječavanju karijesa, već se radi o zahtjevu koji proizlazi iz specifičnih životnih stilova. Za djecu čiji roditelji odbiju korištenje zubne paste s fluorom, neophodno je omogućiti četkanje zubi zubnom pastom bez fluora radi usvajanja navike i neizdvajanja iz grupe vršnjaka.
- 2.2 Za djecu mlađu od tri godine se koristi tanki sloj (razmaz) paste za zube, a za djecu od tri godine i starije pasta veličine zrna graška.
- 2.3 Kad se pasta za zube dijeli među djecom, provoditelj pilot projekta je istiskuje na čistu površinu kao što je tanjur ili papirnati ručnik.
- 2.4 Moramo osigurati dovoljan razmak između svake istisnute količine zubne paste da se omogući njezino dohvaćanje i spriječi zaraza.
- 2.5 Zubnu pastu treba istisnuti tek kad je dijete spremno za četkanje zubi.
- 2.6 Djecu koja imaju vlastite paste za zube treba kontrolirati prilikom istiskivanja paste na četkicu za zube.
- 2.7 Ukoliko postoje oštećenja na koži provoditelja pilot projekta (ogrebotina, porezotina) obavezno je korištenje vodootpornog zavoja.

Stavka 2(b)

Svako dijete će učinkovito koristiti odgovarajuću zubnu četkicu i tehniku četkanja zubi.

Obrazloženje

Veličina i oblik četkice za zube utječu na uspješnost četkanja zubi. Tehnike četkanja zubi trebaju biti primjerene dobi djeteta.

Kriteriji

- 2.8 Četkice za zube i tehnike četkanja odgovaraju dobi i manualnoj sposobnosti djeteta.
- 2.9 Četkice za zube se zamjenjuju jednom u tri do četiri mjeseca ili ranije (ako postoje oštećenja vlakana zubne četkice).
- 2.10 Zubne četkice se posebno označavaju za svako dijete u svrhu lakšeg prepoznavanja.

Stavka 2(c)

Četkanje zubi se organizira na siguran i učinkovit način usklađen s vrtičkim, školskim i kućnim rutinama.

Obrazloženje

Djecu treba nadzirati za vrijeme četkanja zubi. Četkanje zubi treba biti usklađeno sa svakodnevnom rutinom vrtića i škola.

Kriteriji

- 2.11 Djecu je potrebno nadzirati za vrijeme četkanja zubi.
- 2.12 Četkanje zubi se provodi u vrijeme koje najviše odgovara svakoj ustanovi (vidi Dodatak 1.1).
- 2.13 Zubi se četkaju u skupinama ili individualno, dok djeca sjede ili stoje.
- 2.14 Djecu se tijekom ili nakon četkanja zubi upozorava da ne gutaju pastu za zube, a višak paste se na kraju ispljune u papirnati rupčić.
- 2.15 Nakon četkanja zubi svaka se zubna četkica zasebno temeljito ispire pod hladnom tekućom vodom, odlaže u sustav za odlaganje četkica za zube i ostavlja da se osuši na zraku.
- 2.16 Četkanje zubi provodi se prema jednom od dva modela opisana u dodacima.
- 2.17 Četkanje zubi traje najmanje 2 minute.
- 2.18 Djecu je potrebno poticati da očerkaju sve površine zuba dok je sama tehnika četkanja od manjeg značaja i ne treba na njoj inzistirati, posebno kod mlađe djece. Kod djece školske dobi moguće je, ovisno o uvjetima, ukazati na određene elemente tehnike četkanja zubi: Zubna četkica postavlja se na zube pod kutom od 45°. Vlakna zubne četkice se pri tome moraju jednim dijelom nalaziti na gingivi (zubno meso), a drugim dijelom na zubnoj plohi. Na taj se način kratkim kružnim pokretima (4-5 puta za svaki zub) četkaju zubi u gornjoj i donjoj čeljusti.
- 2.19 Provoditelj pilot projekta mora osigurati uvjete privatnosti svakom djetetu s nekim oblikom poteškoća u razvoju.

Standard 3: Prevencija i kontrola zaraze

Zubne se četkice, nakon četkanja zubi, ispiru hladnom tekućom vodom, postavljaju u uspravni položaj te ostavljaju da se osuše na zraku (ne prekrivaju se bilo čime što bi moglo spriječiti sušenje zubne četkice na zraku).

Zubne četkice se međusobno ne smiju dodirivati.

(Izvor: <https://www.mchoralhealth.org/PDFs/ToothbrushingProtocol>. Preuzeto: 17.12.2018.)

Stavka 3(a)

Sustavi za odlaganje četkica za zube trebaju osigurati uvjete za sprječavanje širenja zaraze.

Obrazloženje

Četkice za zube su potencijalni izvor zaraze.

Kriteriji

- 3.1 Četkice za zube se spremaju u odgovarajuće sustave za odlaganje ili pojedinačne ventilirane držače (vidi Dodatak 1.5).
- 3.2 Sustavi za odlaganje omogućuju uspravni položaj četkica.
- 3.3 Sustavi za odlaganje osiguravaju dovoljan razmak između zubnih četkica u svrhu prevencije zaraze.
- 3.4 Na sustavima za odlaganje se prikazuju oznake jednake onima na četkicama za zube da se omogući lakša individualna identifikacija.
- 3.5 Sustavi za odlaganje koji nemaju poklopac čuvaju se na za to namijenjenim kolicima ili u čistom, suhom ormaru.
- 3.6 U sanitarnim čvorovima sustavi za odlaganje zubnih četkica obavezno moraju biti pokriveni originalnim zaštitnim poklopcem, odloženi na visinu teško dohvatljivu djeci ili pohranjeni u za to namijenjena kolica.

Stavka 3(b)

Protokoli čišćenja smanjuju rizik za razvoj zaraze.

Obrazloženje

Četkice za zube su potencijalni izvor zaraze. Dobra praksa čišćenja treba biti integralni dio skrbi o djeci u vrtićima i školama.

Kriteriji

- 3.7 Pri čišćenju sustava za odlaganje zubnih četkica i umivaonika treba koristiti namjenske rukavice za kućanstvo. Svako oštećenje na koži (posjekotina, ogrebotina) potrebno je zaštititi vodootpornim zavojem prije četkanja zubi i provođenja postupaka čišćenja.
- 3.8 Najmanje jednom tjedno osoblje vrtića/osnovne škole čisti, ispire i suši sustave za odlaganje, namjenska kolica i prostor za pohranu (ako je potrebno i češće) toplom tekućom vodom i deterdžentom za kućnu upotrebu (vidi Dodatak 1.3).
- 3.9 Vodi se briga o tome da se četkice za zube međusobno ne dodiruju prilikom vađenja ili pohrane u sustave za odlaganje.
- 3.10 Da se izbjegne kontaminacija prskanjem, sustavi za odlaganje četkica tijekom pranja zubi ne smiju stajati neposredno pokraj djece.
- 3.11 Zamjena sustava za odlaganje zubnih četkica se provodi ako postoje vidljiva oštećenja površina u obliku pukotina, ogrebotina i neravnina (vidi Dodatak 1.5).
- 3.12 Sve četkice za zube koje padnu na pod odlažu se u otpad.
Dijete koje preboli streptokoknu ili neku drugu zaraznu bolest, ne mora zbog toga mijenjati zubnu četkicu, jer nakon bolesti ima kratkotrajni imunitet na uzročnika zaraze.
- 3.13 Zubne četkice se **ne smiju** namakati u izbjeljivaču ni drugom sredstvu za čišćenje/dezinfekciju.
Tuba pasta za zube se mogu čistiti vlažnom maramicom.

Popratne informacije

Dodatak 1

- 1.1 Iako se preporučuje da se zubi ne četkaju neposredno nakon konzumacije kiselih jela ili pića, prihvatljivo je da se ustanove koje provode pilot projekt nadziranog četkanja zubi odluče za četkanje zubi u bilo koje vrijeme u danu. U takvim se okolnostima smatra da korist prevencije karijesa nadilazi brigu zbog erozije i abrazije zuba.
- 1.2 Djecu se podučava da ne ispiru usnu šupljinu nakon četkanja zubi, zbog smanjenog učinka fluora na zube nakon ispiranja.
- 1.3 Sustave za odlaganje treba prati deterdžentom za kućnu upotrebu i toplom tekućom vodom jer se na taj način smanjuje broj štetnih mikroorganizama. Za sustave za odlaganje se ne preporučuju maramice ni sprejevi za dezinfekciju. Higijensko postupanje sa sustavom za odlaganje četkica ne treba odstupati od uobičajenog postupanja odgojno-obrazovne ustanove s igračkama.
- 1.4 Neravne površine, uključujući i oštećene naljepnice na sustavima za odlaganje, mogu pridonijeti rastu štetnih mikroorganizama. Stoga je potrebno svako oštećenje zamijeniti.
- 1.5 Za odlaganje četkica mogu se koristiti pojedinačni ventilirani držači i sustavi za odlaganje zubnih četkica. Ako se koriste pojedinačni držači potrebno je ukloniti višak vode sa zubnih četkica prije vraćanja u držač.
Standardi se jednako odnose na pojedinačne držače i sustave za odlaganje zubnih četkica.
- 1.6 Zubne četkice je neophodno ispirati zdravstveno ispravnom vodom za ljudsku potrošnju.
- 1.7 U idealnom bi slučaju vrtići i škole trebali imati umivaonike namijenjene četkanju zubi i osobnoj higijeni. Umivaonici se trebaju očistiti nakon upotrebe.
- 1.8 Skraćena verzija Standarda za pilot projekt nadziranog četkanja zubi u vrtićima i školama mora biti izložena na vidljivom mjestu u vrtićima i školama.
- 1.9 Djeca mogu privremeno biti isključena iz pilot projekta nadziranog četkanja zubi u slučaju zaraznih bolesti ili rana u usnoj šupljini.
- 1.10 Ako roditelji obavijeste vrtić/školu o specifičnim medicinskim stanjima (npr. cistična fibroza, zarazne bolesti), potrebna je konzultacija sa zdravstvenom voditeljicom predškolske ustanove/medicinskom sestrom iz tima školske medicine.
- 1.11 Svi papirnati proizvodi koji se koriste u programu nadziranog četkanja zubi trebali bi biti biorazgradivi i pogodni za recikliranje.

Dodatak 2

Modeli četkanja zubi u vrtićima i školama

Model A – četkanje zubi u suhim prostorima

- 2.1 Provoditelj pilot projekta treba oprati ruke prije i nakon četkanja zubi da spriječi zarazu.
- 2.2 Dijete (pod nadzorom) je odgovorno za uzimanje četkice iz sustava za odlaganje četkica za zube. Potrebno je osigurati uvjete privatnosti za djecu sa nekim oblikom poteškoća u razvoju.
- 2.3 Pasta za zube se dijeli u skladu s odgovarajućim metodama (Standard 2).
- 2.4 Djeca mogu sjediti ili stajati dok četkaju zube.
- 2.5 Nakon što završe s četkanjem zubi, djeca moraju ispljunuti višak paste za zube u rupčić, papirnati ručnik ili šalicu/čašu za jednokratnu upotrebu.
- 2.6 Rupčići/papirnati ručnici ili šalice/čaše se trebaju baciti u otpad neposredno nakon upotrebe.
- 2.7 Nakon četkanja zubi:
 - i. svako dijete može vratiti četkicu za zube u sustav za odlaganje, nakon čega provoditelj pilot projekta odnosi sustav do predviđenog područja umivaonika i pojedinačno ispire svaku četkicu tekućom hladnom vodom
 - ili
 - ii. svako dijete može isprati svoju četkicu za zube pod tekućom hladnom vodom na za to namijenjenom području umivaonika. Jačinu protoka vode iz slavine može kontrolirati provoditelj pilot projekta ili dijete.
- 2.8 Nakon što završi ispiranje četkice, dijete ili provoditelj pilot projekta moraju otresti višak vode s četkice u umivaonik. Četkice za zube ne smiju doći u doticaj s umivaonikom.
- 2.9 Svako dijete (pod nadzorom) mora u sustav za odlaganje vratiti svoju četkicu da se osuši na zraku. Potrebno je osigurati uvjete privatnosti za djecu s nekim oblikom poteškoća u razvoju.
- 2.10 Papirnatim ručnikom treba obrisati sve vidljive kapljice na sustavu za odlaganje.
- 2.11 Djecu treba nadzirati.
- 2.12 Nakon četkanja zubi provoditelj pilot projekta ispire umivaonike.

NAPOMENA:

Prema "Protokolu četkanja zubi kod djece u dobi od 3-5 godina", Stomatološki fakultet, Sveučilište Iowa, sustave za odlaganje četkica za zube moguće je i samostalno izraditi od stiropora ili kartonskih kutija za jaja (nova, nekorištena, da se izbjegne mogućnost zaraze salmonelom) na način da je ravni dio kartonske kutije za jaja položen prema dolje, a dio na kojem se nalaze izbočine usmjeren prema gore.

Na svakoj je izbočini potrebno izraditi otvor za zubnu četkicu (veličinu otvora prilagoditi dršci zubne četkice) te označiti ju individualno za svako dijete (imenom/simbolom).

Izvor: <https://www.mchoralhealth.org/PDFs/ToothbrushingProtocol> , Preuzeto: 17.12.2018.

Model B – četkanje zubi nad umivaonikom

- 2.13 Provođitelj pilot projekta treba oprati ruke prije i nakon četkanja zubi da spriječi zarazu.
- 2.14 Dijete (pod nadzorom) je odgovorno za uzimanje četkice iz sustava za odlaganje četkica za zube. Potrebno je osigurati uvjete privatnosti za djecu sa nekim oblikom poteškoća u razvoju.
- 2.15 Pasta za zube se dijeli u skladu s odgovarajućim metodama (Standard 2).
- 2.16 Četkanje zubi se odvija na određenom području umivaonika.
- 2.17 Optimalno je da se prilikom četkanja zubi kraj umivaonika nalazi dvoje djece. Treba ih nadzirati i poticati da višak paste ispljunu u umivaonik.
- 2.18 Papirnati rupčići i papirnati ručnici se neposredno nakon upotrebe moraju odložiti u otpad.
- 2.19 Nakon četkanja zubi:
 - i. svako dijete može vratiti četkicu za zube u sustav za odlaganje, nakon čega provođitelj pilot projekta odnosi sustav do predviđenog područja umivaonika i pojedinačno ispire svaku četkicu tekućom hladnom vodom
 - ili
 - ii. svako dijete može isprati svoju četkicu za zube pod hladnom tekućom vodom na za to namijenjenom području umivaonika. Jačinu protoka vode iz slavine može kontrolirati provođitelj pilot projekta ili dijete.
- 2.20 Nakon što završi ispiranje četkice, dijete ili provođitelj pilot projekta moraju otresti višak vode s četkice u umivaonik. Četkice za zube ne smiju doći u doticaj s umivaonikom.
- 2.21 Svako dijete (pod nadzorom) treba u sustav za odlaganje vratiti svoju četkicu da se osuši na zraku. Potrebno je osigurati uvjete privatnosti za djecu sa nekim oblikom poteškoća u razvoju.
- 2.22 Papirnatim ručnikom treba obrisati sve vidljive kapljice na sustavu za odlaganje.
- 2.23 Djecu treba nadzirati.
- 2.24 Nakon četkanja zubi provođitelj pilot projekta ispire umivaonike.

Stručnom sadržaju i prilagodbi hrvatskom okruženju doprinijeli su:

doc. dr. sc. **Krunoslav Capak**, prim. dr. med.*

dr. sc. **Bernard Kaić**, prim. dr. med., specijalist epidemiologije*

mr. sc. **Marijana Radić Vuleta**, dr. med. dent.*

mr. sc. **Ivona Vidić Štrac**, dipl. ing.*

Prijevod škotskih standarda iz programa *ChildSmile* na hrvatski jezik

Lovorka Perković, prof.*

*Hrvatski zavod za javno zdravstvo

Idemo u vrtić i u školu
sa zdravim i sretnim
osmijehom

