



RZECZPOSPOLITA POLSKA
Rzecznik Praw Dziecka
Marek Michalak

Warszawa, 23 lutego 2018 roku

**Dyrektorzy, Wychowawcy
i Nauczyciele Szkół i Przedszkoli**

20 marca będziemy obchodzić Światowy Dzień Zdrowia Jamy Ustnej. To doskonała okazja dla nauczycieli i wychowawców do podjęcia wraz z uczniami i wychowankami inicjatyw upowszechniających wiedzę w zakresie podstawowej profilaktyki stomatologicznej i zachowań prozdrowotnych.

Serdecznie zachęcam Państwa do podejmowania aktywności zwracających uwagę najmłodszych zarówno na korzyści wynikające z zachowania zdrowia jamy ustnej, jak i konsekwencje wszelkich zaniedbań.

Współczesna nauka nie ma wątpliwości, że zdrowie zaczyna się od jamy ustnej. Mówi się, że jest ona zwierciadłem ciała, a doświadczony stomatolog może w niej dostrzec dużo więcej niż próchnicę czy choroby dziąseł. Lekarze od dawna podkreślają, że to, co się dzieje w jamie ustnej, ma ogromny wpływ na zdrowie całego organizmu i nasze samopoczucie.

Dlaczego warto rozmawiać z dziećmi i młodzieżą o zdrowiu jamy ustnej? Ponieważ w wielu przypadkach od tego mogą zależeć: ich zdrowie, poziom samooceny, relacje społeczne czy sukcesy prywatne, a w przyszłości – również zawodowe. Z kolei brak właściwej troski o zęby może prowadzić do niemożności uśmiechania się, braku przyjemności z jedzenia, poczucia nieatrakcyjności, czy braku wiary w siebie. Strach nie jest skuteczną pomocą naukową, ale warto rozmawiać z najmłodszymi również o konsekwencjach, tym bardziej, że eksperci coraz częściej mówią o skutkach dla zdrowia jamy ustnej wynikających z tzw. ryzykownych zachowań dzieci i młodzieży.

Jako Rzecznik Praw Dziecka od wielu lat zwracam uwagę, że stan zdrowia jamy ustnej polskich dzieci jest bardzo zły i mamy do czynienia z „epidemią” próchnicy wśród najmłodszych. Wielokrotnie apelowałem do Ministra Zdrowia o podjęcie koniecznych działań

systemowych w tym zakresie, ale również mam świadomość jak ważna jest profilaktyka i Państwa rola w upowszechnianiu wiedzy w zakresie zdrowego stylu życia. Właśnie dlatego proszę i zachęcam, aby Światowy Dzień Zdrowia Jamy Usnej stał się okazją do omówienia podstawowych zasad profilaktyki – od codziennego, prawidłowego szczotkowania, po regularne wizyty w gabinecie, a także zwrócenia uwagi na konieczność stosowania zbilansowanej diety, ograniczenia spożycia cukru czy ostrzeżenia przed używkami.

O wszystkich aspektach profilaktyki stomatologicznej informuje kampania „Polska mówi aaa”, wspierająca krajowe obchody Światowego Dnia Zdrowia Jamy Usnej, którą Rzecznik Praw Dziecka objął Honorowym Patronatem. Zachęcam wszystkie placówki do aktywnego włączenia się w akcję. Na oficjalnej stronie kampanii www.polskamowiaaa.pl znajdują Państwo przydatne materiały edukacyjne oraz mapę, na której może pojawić się autorski projekt podjęty w szkole czy w przedszkolu. Spotkanie z lekarzem dentystą lub higienistką, szkolna gazetka lub konkurs plastyczny to jedynie przykłady pomysłów, które nie tylko pomogą uczcić ten wyjątkowy dzień w roku, ale przede wszystkim służyć będą realizacji prawa dziecka do ochrony zdrowia.

z wyrazami szacunku

Marek Piłchicki