

Ajankohtaista tietoa Pietarsaaren sosiaali- ja terveystieteiden hammashoidosta

HOITOTAKUU

Hoitotakuulainsäädännön mukaisesti pyrimme järjestämään kaikille **alueemme asukkaille** tarvittaessa kiireettömän hammashoidon tarpeen arvion terveystieteiden **terveydenhuollon ammattihenkilölle** kohtuullisessa ajassa yhteydenotosta, ellei asiaa voida hoitaa puhelimitse.

Tarpeelliseksi todettu hoito pyritään aloittamaan kolmen-kuuden kuukauden kuluessa siitä, kun hoidon tarve on todettu.

Puhelinpalvelumme keskitetty ajanvaraus arkisin (ma-pe):

- puh. 786 1301 tai 786 1260 klo 8-14
- Uusikaarlepyy puh. 786 2711 klo 8-14

Muiden aikojen päivystysohje löytyy terveystieteiden **internetportaalista**:

<https://www.sochv.jakobstad.fi/lapset-nuoret-ja-perheet/suun-terveydenhuolto/hammaslaakaripaivystys>

Mikäli tarvitset apua tai neuvoja – ota yhteyttä

- Tavoitteenamme on kutsua hammashoitoon asetuksen mukaisesti <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20110338>
- Määrätyt esikouluikäisten ryhmät
- Peruskoulun määrätyt luokat
- Muut potilaat varaavat itse **ajan hoitoon**

<https://www.sochv.jakobstad.fi/aikuiset/suun-terveydenhuolto/hammashoitolat>

Lasten hammashoidossa käytämme nk. yksilöllisiä tarkastusvälejä.

Oikomishoitoa toteutamme oman erikoishammashoitoamme ohjauksessa. Hänen vastaanotolle pääsee oman hammaslääkärin läheteellä.

Hampaiden hoito terveystieteiden keskuksessa on maksutonta 0-17 vuotiaille. Muilta perimme asetuksen mukaiset maksut.

Peruuttamattomista poisjääneistä perimme maksuasetuksen mukaisesti **15-vuotiailta ja vanhemmilta takson mukaisen maksun**. Ilmoitathan hyvissä ajoin, mikäli et pääse varattuna aikana.

KELAn osittain korvaama yksityishammashoito on vaihtoehto terveystieteiden kunnalliselle hammashoidolle. [Lähempiä tietoja saa KELAsta](#)



Muista harjata hampaat aina ennen hammaslääkärissä käyntiä

KARIES ELI HAMPaidEN REIKIINTYMINEN

Karies eli hampaiden reikiintyminen ei suinkaan ole hävinnyt, vaan uhkaa edelleen lapsiamme.

Sokeripitoisten tuotteiden käytön lisääntyminen ja hampaiden harjauksen puutteet ovat lisänneet koululaisten hampaiden reikiintymistä.

Uusien hampaiden puhjetessa karies etenee helposti. Paikattu hammas on heikentynyt, eikä vastaa koskaan ehjää hammasta.

Kariesta ei ole vaikea ehkäistä

Hampaiden harjaus on tärkeää. Harjaa hampaat aamuin ja illoin **fluorihammastahnaa** käyttäen 2 minuutin ajan. Puhdistuksen jälkeen vaahtoa voi purskuttaa hampaiden välistä 20-30 sekuntia, jonka jälkeen sen voi sylkeä pois.

Suuta ei pitäisi sen jälkeen huuhtoa vedellä.

Näin saadaan hammastahnan sisältämästä fluorista mahdollisimman suuri hyöty.

Lapsi pystyy itse harjaamaan hampaansa vasta 8-10 vuotiaana.

Toivomme, että vanhemmat huolehtisivat hampaiden harjauksesta ja auttaisivat tarvittaessa lastaan.

**EI KOSKAAN REIKIÄ PUHTAASEEN HAMPAASEEN:
Harjaa hampaat 2 kertaa päivässä 2 minuutin ajan = 2 x 2**

MAKEAT SOKERIPITOISET TUOTTEET AIHEUTTAVAT KARIKSEN

Jokaisen aterian jälkeen hampaisiin kohdistuu happohyökkäys. Hampaat kestävät tätä vain 4-5 kertaa päivässä. Mikäli lapsi syö tai juo tätä useammin, varsinkin makeisia ja mehua tai limsaa, syntyvät happohyökkäykset rikkovat hampaat.

Tärkeää huomioida

- Kunnan aamupalalla on hyvä alkaa päivä
- Lapsen on hyvä pyrkiä syömään päivässä kolme pääateriaa sekä yhden tai kaksi välipalaa
- Makeisten syöntiä aterioiden välillä kannattaa rajoittaa: **esim. perjantaisin = karkkipäivä**
- Vesi on paras janojuoma
- Vältä päivittäin toistuvaa mehua, limsaa, kaakaon ja urheilujuomien käyttöä, sillä tämä tapa syövyttää hammaskiillettä aiheuttaen vihlontaa ja hampaiden reikiintymistä
- Tuoremehun [usein hapanta sisältäen sokeria] jatkuva käyttö voi myös vahingoittaa hampaita
- Ksylitolin suojaa osittain hampaita, mutta sen käyttö ei voi korvata hampaiden harjausta
- Ksylitoli on toki parempi vaihtoehto sokeripitoisille makeisille.

Mikäli lapsi aterioi säännöllisesti ja saa kunnan välipalan koulupäivän jälkeen vähenee makean himo. Ja päinvastoin – makeiset välipalana vähentävät ruokahalua ja lisäävät jälleen makean himoa hetken kuluttua.

Opeta lapsellesi terveelliset ruokailutavat sekä hyvät ja säännölliset hampaiden puhdistustottumukset – hampaat pysyvät terveinä koko elämän!

Käyttämällä täysksylitolipurkkaa 3 kertaa päivittäin = yhteensä 5 grammaa (5-6 tyynyä) reikiintyminen vähenee. Purkka ei kuitenkaan korvaa hampaiden harjausta!

Keskitetty ajanvarauksemme auttaa ja antaa tietoja (arkisin ma-pe) klo 8-14

- puh. 786 1301 tai 786 1260 Pietarsaaren, Pedersören ja Luodon hammashoitolat
- puh. 786 2711 Uudenkaarlepyyn hammashoitola

