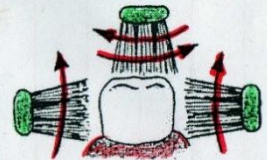


Pozorno preberi spodnje besedilo.



Po vsaki jedi ostane na zobeh in med zobmi vse polno ostankov hrane, ki tvorijo zobne obloge. Sladke jedi, zlasti če se lepijo na zobe, so jim še posebno škodljive.

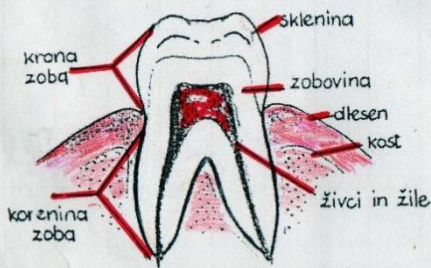


Po vsaki jedi si očistimo zobe z zobno ščetko in pasto, nato pa še temeljito speremo z vodo. Nikoli ne smemo pozabiti na to pred spanjem. S čiščenjem odstranimo vse ostanke hrane, ki so se nabrali med zobmi in v zobnih brazdah. Da si utrdimo dlesni, si čistimo zobe s ščetko vedno od dlesni proti zobem. V zgornji čeljusti torej od zgoraj navzdol, v spodnji pa samo od spodaj navzgor.



Če si zob ne čistimo po vsakem obroku, zlasti pa zvečer in zjutraj, nam začno gniti in razpadati in iz ust nam neprijetno diši.

Zobje so prvi, ki nam pomagajo predelati hrano, da jo naše telo s pridom lahko porabi za rast in delo in da nas varuje bolezni. Prva leta opravlja to važno delo 20 mlečnih zob. V prvih letih šolanja, še na osnovni šoli, izpadejo vsi mlečni zobje in nadomestijo jih stalni zobje. Odrasel človek ima 32 stalnih zob. Vsak od njih opravlja svoje delo. Služijo nam vse življenje. Zato moramo skrbeti prav za vse.



Če je zob načet, nas neprijetno zaskeli, posebno kadar jemo ali pijemo kaj vročega ali mrzlega, sladkega ali kislega. Ta bolečina je resno opozorilo, da je zob v nevarnosti. Edina rešitev je: »TAKOJ K ZOBOZDRAVNIKU!«



V zvezek za naravoslovje čitljivo prepisi **naslov** z rdečo barvo. Zapis pa zapiši z **nalivnikom**.

V zvezek zapiši naslov: **ZOBJE**

Prvi zobje, ki nam zrastejo, so \_\_\_\_\_. Navadno zrastejo pri šestih mesecih. Mlečnih zob je \_\_\_\_\_.

V prvih letih šolanja izpadejo vsi mlečni zobje in nadomestijo jih \_\_\_\_\_ zobje. Odrasel človek ima \_\_\_\_\_ stalnih zob.

Pri naslednjih nalogah si lahko pomagaš tudi s spletom.

Zobje so različno oblikovani, ker opravljajo različno delo.

- SEKALCI imajo ostre robove za \_\_\_\_\_ in \_\_\_\_\_.
- PODOČNIKI so \_\_\_\_\_ in trgajo hrano.
- LIČNIKI hrano \_\_\_\_\_.
- KOČNIKI ali MELJAKI hrano \_\_\_\_\_.

Za svoje zobe moramo skrbeti. Kako?

Kaj našim zobem škoduje?

