**Secinājumi**

1. Zobus vajag tīrīt vismaz 2 reizes dienā – no rīta pēc brokastīm un vakarā pēc vakariņām, bet, ja iespējams, zobus vislabāk ir tīrīt pēc katras ēdienreizes, taču starp aptaujātajiem 27,5% (30 skolēni) zobus tīra tikai vienu reizi dienā.
2. Zobu tīrīšanā ir svarīgi ievērot secību – notīra ārējās zobu virsmas; notīra iekšējās zobu virsmas; notīra kožamās virsmas, mēli un veic zobstarpu tīrīšanu ar zobu diegu, taču pareizu zobu kopšanas secību starp visiem 108 respondentiem pareizi zin tikai 7,4%, jeb 8 skolēni.
3. Zobu pastas palīdz zoba emaljai saglabāt stiprumu, tāpēc vislabāk ieteicams lietot zobu pastas, kuras satur fluoru, jo eksperimenta rezultātā fluoru saturošās zobu pastas ‘’Colgate Advanced White’’ un ‘’Colgate Triple Action’’, kurās fluora koncentrācija ir 1450 ppm, visvairāk stiprināja olu čaumalas.
4. Lietojot košļājamo gumiju starp ēdienreizēm, var nodrošināt mutes dobuma veselībai atbilstošu pH līmeni, taču to regulāri pēc ēdienreizēm lieto tikai 24,8% aptaujāto.
5. Izplatītākā zobu slimība Madonas Valsts ģimnāzijas skolēnu vidū ir [zobu](http://www.neslimo.lv/pme/?name=zobi) [kariess](http://www.neslimo.lv/pme/?name=kariess-zobu) un tā [komplik](http://www.neslimo.lv/pme/?name=koma)ācijas, jo cilvēks uzņem nepilnvērtīgu, nesabalansētu uzturu, kā arī nepietiekami kopj savus zobus, taču aptaujāto vidū ar kariesu ir saskārušies 25,7%, jeb 28 skolēni.
6. Izvirzītais pētījuma jautājums par zobu kopšanas paradumiem Madonas Valsts ģimnāzijas skolēnu vidū tika izpētīts, un tika secināts, ka Madonas Valsts ģimnāzijas skolēni zobu kopšanai neizmanto atbilstošus kopšanas līdzekļus.