

گریه ها

اگر فرزند شما گریه میکند، صرفاً گرسنه و تشنه نیست. شاید این فقط یک نیاز به توجه و محبت باشد: در آغوش گرفتن میتواند او را آرام کند.



پستانک و انگشت شصت

پستانک و انگشت شصت رشد مناسب فک را کند می کند و خطر ایجاد ناهنجاری دندانی را در پی دارد.. همچنین میتواند مانع یادگیری زبان شود.

استفاده از آنها را برای زمان خواب و به خواب رفتن موقوف کنید.

نوشیدن با لیوان

از دو سالگی بچه ها باید یاد بگیرند در لیوان یا در بطری آب بنوشند. این امر به رشد بلع و زبان کودک کمک میکند.

شیشه شیر و پستانک
در ۲ سالگی متوقف
می شود



در چند سالگی اولین کنترل دندان کودک باید انجام شود؟

اولین قرار ملاقات با دندانپزشک در حدود سن ۲-۳ سالگی توصیه می شود. اما میتوان قبل از آن انجام داد.

پزشک اطفال شما، دندانهای کودک شما را در اولین معاینات و واکسیناسیون معاینه می کند. و میتواند به شما در مورد مراقبت از اولین دندانها توصیه هایی بیان کند.

در صورت لزوم، شما را به دندانپزشک ارجاع میدهد.



Crédit illustration: LU.TH

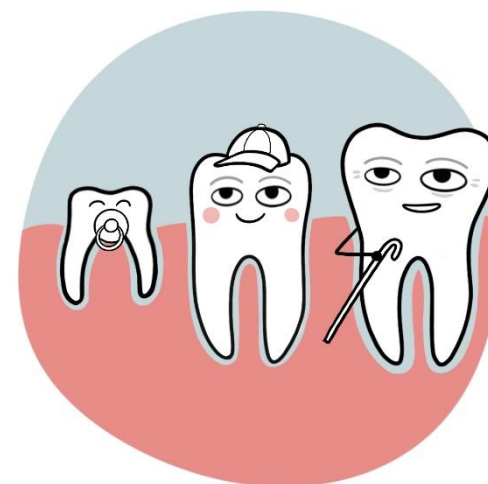
این بروشور و همچنین تمام اطلاعات کلینیک دندانپزشکی جوانان را در اینجا بیابید.
اسکن این کد QR تصویر اعتباری



Farsi

دندانهای شیری سالم

سلامتی مادام العمر



Brochure élaborée par :

Dr. C. Hefti et Dr P. Carp, pédiatres
Dr L. Neveu, médecin-dentiste

Clinique Dentaire de la Jeunesse

T. 024/423.64.90 email : cdj@ylb.ch



Jeunesse et
cohésion sociale

جویدن و هضم

نان سبوس دار، میوه ها و پنیر سفت دندانها را تقویت میکنند. هنگام جویدن مقدار زیادی بزاق تولید می شود.

بزاق از دندانهای ما محافظت می کند و اجازه می دهد غذا به درستی برای تسهیل هضم خرد شود.

یک غذای متعادل و سالم برای دندانها مهم است



مصرف مکرر شیرینی جات و نوشیدنی های شیرین باعث ایجاد پوسیدگی دهان می شود

والدین الگوی خوبی هستند

نوزادان و بچه ها عادات والدین را تقلید می کنند و از گرایش غذایی آنها پیروی می کنند.



پس فکر کنید:

نوشیدن آب

بعد از هر وعده غذایی مسواک بزنید و سپس دهان خود را برای چند ساعت آرام و خالی نگه دارید.

نوشیدنی و غذاهای سرشار از شکر را مصرف نکنید مانند جشنها و لحظات خاص

چه زمانی باید مسواک زدن را شروع کنیم؟

ازرویش اولین دندان مسواک زدن شروع می شود!

دندانهای فرزندتان را روزانه (۳) بار با یک خمیر دندان به اندازه یک نخود برای حدود (۲) دقیقه مسواک بزنید



بعد از مسواک زدن، نیاز نیست دهان آبکشی شود فقط تف کنید!

انتخاب خمیردندان

فلوراید دندانها را در برابر پوسیدگی مقاوم میکند. یک خمیر دندان متناسب با سن فرزندانتان و با اطمینان از دوز صحیح فلوراید انتخاب کنید برای بچه های کوچک از خمیردندان مخصوص ۰ تا ۶ سال استفاده کنید.

قبل از خواب خوب دندانها را مسواک بزنید!

فرزندانتان را با شیشه شیر حاوی شیر، چای و یا کاکائو ن خوابانید!



دندانها باید تمام شب تمیز بمانند

دندانهای سالم برای تمام زندگی

مراقبت کردن از دندانهای شیری به محض ظاهر شدن به شما این امکان را می دهد که دندانهای دائمی خوبی داشته باشید.

پوسیدگی ها ارثی نیستن

اما یک دندان پوسیده ای که درمان نشود می تواند دندانهای مجاور را نیز آلوده کند.

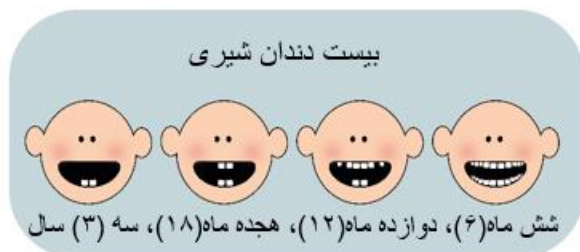


پوسیدگی دندان در بچه ها یک

بیماری دندانی به خصوص تهاجمی و دردناک است پوسیدگی دندان در کودکان و نوزادانی ایجاد می شود که اکثر مواقع در شیشه شیر می نوشند که حاوی شیر ویا نوشیدنی های شیرین می باشد.

رویش اولین دندانهای شیری

اولین دندان حدودشش (۶) تا هشت (۸) ماهگی و بعد تا سه (۳) سالگی همه پدیدار می شوند



آخرین دندان شیری حدود یازده (۱۱) سالگی می افتد.