



ធ្មេញទារកមានសារៈសំខាន់!

Tooth Tips 12-18 months: Khmer



គន្លឹះថែទាំធ្មេញសម្រាប់គ្រួសារ

ធ្មេញទារកមានសារៈសំខាន់សម្រាប់ការបរិភោគ និងយាយ និងញញឹម។
ធ្មេញទារកក៏រក្សាកន្លែងសម្រាប់ដុះធ្មេញមនុស្សពេញវ័យ និងនាំឱ្យដុះត្រូវចំកន្លែងផងដែរ។
ធ្មេញពុកអាចបង្កឱ្យមានការឈឺចាប់ បញ្ហាដំណេក និងបញ្ហាបរិភោគ។

បន្ទាប់ពី១២ខែ កុមារមិនត្រូវការដបទេ



កូនរបស់អ្នកអាចផឹកទឹកម៉ាស៊ីន ឬទឹកដោះគោមានជាតិក្រែមធម្មតាពីពេង។



ជៀសវាងទឹកផ្លែឈើ និងភេសជ្ជៈផ្អែមផ្សេងទៀត



ផ្តល់ទឹកម៉ាស៊ីន ឬទឹកដោះគោមានជាតិក្រែមធម្មតា។



កុមារមិនត្រូវការទឹកផ្លែឈើ ឬភេសជ្ជៈផ្អែមទេ។
ទាំងនេះអាចបណ្តាលឱ្យធ្មេញពុក។
ផ្តល់ផ្លែឈើស្រស់ ជំនួសទឹកផ្លែឈើ។

ផ្តល់អាហារសម្រន់ដែលនាំមកនូវសុខភាពល្អជារៀងរាល់ថ្ងៃ ហើយកំណត់ ឬជៀសវាងញ៉ាំចំណីផ្អែម



ទាំងនេះរួមមានផ្លែឈើ និងបន្លែស្រស់ ទឹកដោះគោជូរ ឈើស និងនំប៊ីស្កីត និងនំបាំងស៊ែនរីច។



ការញ៉ាំអាហារដែលមានជាតិស្ករខ្ពស់ អាចនាំឱ្យធ្មេញពុក។

សម្អាតធ្មេញ និងអញ្ជាញធ្មេញរបស់កូនអ្នកពីដងក្នុងមួយថ្ងៃ



ប្រើប្រាស់ដុសធ្មេញទន់តូច។ ជួយកូនរបស់អ្នកដុសធ្មេញទាំងព្រឹក និងយប់។ ឪពុកម្តាយគួរជួយដុសធ្មេញ រហូតដល់កូនមានអាយុប្រាំពីរឆ្នាំ។



ក្រោម១៨ខែ
ប្រើទឹក ហើយកុំ
ប្រើថ្នាំដុសធ្មេញ។



១៨ខែ ទៅ៦ឆ្នាំ
ប្រើថ្នាំដុសធ្មេញមានជាតិផ្លូវ៉ាយ
សម្រាប់កុមារតិចក្នុងបរិមាណ
ប៉ុន្តែគ្រាប់សណ្តែក។

យកកូនរបស់អ្នកទៅពិនិត្យធ្មេញមុនអាយុ២ឆ្នាំ

កូនរបស់អ្នកគួរតែទៅពិនិត្យធ្មេញរកសញ្ញាដំបូងនៃជំងឺពុកធ្មេញ នៅត្រឹមអាយុ២ឆ្នាំ។ ការពិនិត្យនេះអាចធ្វើឡើងដោយគិលានុបដ្ឋាកផ្នែកសុខភាពមាតា និងកូន វេជ្ជបណ្ឌិតគ្រួសារ ឬពេទ្យធ្មេញរបស់អ្នក។

ចំពោះព័ត៌មានបន្ថែម សូមនិយាយទៅកាន់ពេទ្យធ្មេញ គិលានុបដ្ឋាកផ្នែកសុខភាពមាតា និងកូន ឬវេជ្ជបណ្ឌិតគ្រួសាររបស់អ្នក ។

ការទៅជួបគ្រូពេទ្យធ្មេញ៖

- កុមារទាំងអស់មានអាយុរហូតដល់១២ឆ្នាំ អាចទៅទទួលសេវាពេទ្យធ្មេញរដ្ឋ។ ពេទ្យធ្មេញនេះឥតគិតថ្លៃ សម្រាប់អ្នកកាន់ប័ណ្ណថែទាំសុខភាព និងការចំណាយទាបសម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូបទៀត។
- អ្នកអាចទូរស័ព្ទ (03) 9341 1000 ឬ 1800 833 039 (នៅក្រុងមែលប៊ែន) ឬបើកចូលវិបសៃ www.dhsv.org.au ដើម្បីស្វែងរកគ្លីនិករដ្ឋនៅជិតអ្នកបំផុត។
- អ្នកក៏អាចរកមើលសៀវភៅទូរស័ព្ទទំព័រលឿងផងដែរ ដើម្បីស្វែងរកពេទ្យធ្មេញឯកជន។

