

أسنان الطفل هي جداً مهمّة!

Tooth Tips 0-12 months: Arabic

12-0

شهرًا

إليك نصائح عن الأسنان للعائلات

أسنان الطفل هي جداً مهمة ليأكل، ويتكلم ويضحك. الأسنان اللبنية للطفل تفسح المجال وتوجّه الأسنان الدائمة لتنمو في مكانها. يسبب تسوس السنّ ألم، ومشاكل في النوم ومشاكل في تناول الطعام.

لا تعطوا زجاجة حليب للطفل وهو نائم



يسبب إعطاء زجاجة حليب للأطفال عند النوم تسوس الأسنان.



لا تعطوا الأطفال عصير فواكه وأيّ مشروبات محلاة بالسكر



يسبب المشروبات المحلاة بالسكر بتسوس الأسنان.



الرضاعة أو حليب البودرة أو مياه مغلية مبردة هي الأفضل للأطفال.

بإستطاعة ولدكم الشرب من كوب ابتداءً من الشهر 6 من عمره



يتعلم الأطفال الشرب من كوب من عمر 6 أشهر. بعد 12 شهراً، لا يحتاج الأولاد إلى زجاجة حليب.

نظفوا أسنان ولثة ولدكم عند ظهور أول سنّ

يمكن أن لا يشعر الأولاد بدايةً بارتياح في تنظيف أسنانهم.



نظفوا الأسنان صباحاً ومساءً بفرشاة أسنان صغيرة و ذات شعيرات ناعمة. لا تستخدموا معجون أسنان لولدكم تحت سنّ الـ 18 شهراً.

استخدموا قطعة قماش مبلولة لمسح الأسنان.

قدموا لأولادكم الطعام الصحيّ وضعوا حدّ من تناول الحلويات



لا تضعوا أيّ نكهة حلويات على اللهاية (المصاص) لولدكم في حال استخدامها.

إن تناول طعام يحتوي على كمية سكر عالية يمكن أن يؤدي لتسوس الأسنان.

