

در چه زمانی باید مراقبت از دندان های نوزاد را شروع کنیم؟



حتی پیش از ظاهر شدن دندان ها، می توانید لثه های نوزاد را با استفاده از یک حوله صورت مرطوب و تمیز پاک کنید. این کار می تواند به آمادگی نوزادان برای مسواک کردن دندان ها کمک کند.



به محض ظاهر شدن دندان اول نوزادان، با استفاده از یک مسواک کوچک و نرم با ملایمت مسواک کردن را شروع کنید. یا می توانید دندان ها را با یک حوله صورت مرطوب و تمیز، پاک کنید.
تا زمانی که نوزادان 18 ماهه شود، دندان ها را مسواک بزنید یا با آب پاک کنید.

مراقبت از دندان ها و لثه های نوزادان

زیر 18 ماه

اگر نوزاد شما دوست ندارد دندان هایش را مسواک کنید، می توانید سعی کنید از طریق خواندن آهنگ ها یا اجازه دادن به بازی با یک اسباب بازی، مسواک زدن را برای نوزادان مهیج تر کنید. حتی تلاشی سریع برای مسواک زدن بهتر از انجام ندادن این کار می باشد، تا نوزادان یاد بگیرد که مسواک زدن بخشی معمول از روال روزمره اش می باشد.

هر چند وقت یکبار باید دندان های نوزاد را مسواک کنیم؟



دندان ها را صبح و شب قبل از خواب مسواک کنید.

در چه زمانی می توانم استفاده از خمیر دندان را شروع کنم؟



وقتی نوزادان 18 ماهه شد، دندان ها را با خمیر دندان کودک حاوی فلوراید کم مسواک کنید.

شروع زودهنگام این روال به نوزادان بهترین شانس داشتن دندان هایی سالم را می دهد.

روش مسواک کردن دندان های کودک تان

18 ماه تا 6 سال

نکات مهم:

- در حالتی قرار بگیرید که بتوانید دندان های فرزندتان را ببینید. حالت های متفاوتی که برای شما و فرزندتان موثر هستند را امتحان کنید.
- با مستقل تر شدن فرزندتان، به او اجازه بدهید خودش سعی کند دندان هایش را مسواک کند. مسواک زدن را خودتان به پایان برسانید.
- کودکان تا حداقل 8 سالگی برای مسواک کردن دندان ها نیاز به کمک دارند.

دندان ها را صبح و شب قبل از خواب مسواک کنید. به اندازه یک نخود خمیر دندان کودک حاوی فلوراید کم روی مسواکی نرم استفاده کنید.



از حرکت ملایم عقب به جلو بر سطوح جویندن، بالا و پایین، استفاده کنید.



بعد، سطوح داخلی را با استفاده از حرکات دایره ای ملایم مسواک کنید.



سطوح خارجی را با استفاده از حرکات دایره ای ملایم مسواک کنید.

از فرزند خود بخواهید خمیر دندان را بیرون تف کند و دهان خود را با آب نشوید. نشستن خمیر دندان حاوی فلوراید به محافظت از دندان ها کمک می کند.

