ကလေးသူငယ်၏ ငယ်သွားများသည် အရေးကြီးပါသည်။

Tooth Tips 12–18 months: Burmese

12 – 18 လ

မိသားစုများအတွက် သွားနှင့်ဆိုင်သည့် အကြံပေးအချက်အလက်များ

ကလေးသူငယ်၏ ငယ်သွားများသည် အစား စားရန်၊ စကားပြောရန် နှင့် ပြုံးရန်တို့အတွက် အရေးကြီးပါသည်။
ကလေးသူငယ်၏ ငယ်သွားများသည် လူကြီးသွားများအတွက်လည်း နေရာပေးထားပြီး သူ့နေရာမှန်အတွက် လမ်းညွှန်ပေးပါသည်။
သွားပိုးစားလျှင် နာကျင်မှုများ၊ အိပ်မပျော်နိုင်သည့် ပြဿနာများ နှင့် အစား စားရန် ပြဿနာများကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။

အသက် ၁၂ လ နောက်ပိုင်းတွင် ကလေးသူငယ်များသည် နို့ဘူးများအသုံးပြုရန် လိုအပ်မှု မရှိတော့ပါ။

✓

သင့်ကလေးသည် ရေပိုက်ခေါင်းမှရေ သို့မဟုတ် ရေခွက်ထဲမှ မလိုင်ပါသည့် နွားနို့စစ်စစ်ကို တိုက်နိုင်ပါသည်။

✗

သစ်သီးဖျော်ရည် နှင့် အခြားသော ချိုမြိန်သည့် ဖျော်ရည်များကို ရှောင်ရှားပါ

✓

ရေပိုက်ခေါင်းမှရေ သို့မဟုတ် ရေခွက်ထဲမှ မလိုင်ပါသည့် နွားနို့စစ်စစ်ကို တိုက်ပါ။

✗

ကလေးများသည် သစ်သီးဖျော်ရည် သို့မဟုတ် ချိုမြိန်သော ဖျော်ရည်များကို မလိုအပ်ပါ။ ၎င်းတို့သည် သွားပိုးစားခြင်းအား ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။ ဖျော်ရည်အစား လတ်ဆတ်သော သစ်သီးကို ကျွေးပါ။

ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော သရေစာများ ကျွေးမွေးခြင်း သို့မဟုတ် ချိုသော အစားအစာများကို ရှောင်ရှားခြင်း

ဤတွင် လတ်ဆတ်သော သစ်သီး နှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ ဒိန်ချဉ်၊ ဒိန်ခဲ နှင့် ဘီစကွတ်မုန့်အခြောက်များ နှင့် အသားညှပ်ပေါင်မုန့်များ ပါဝင်ပါသည်။

သကြားဓာတ် မြင့်မားစွာပါဝင်သည့် အစားအစာများ စားသုံးခြင်း သည် သွားပိုးစားခြင်းသို့ ဖြစ်ပေါ်လာစေနိုင်ပါသည်။

သင့် ကလေး၏ သွားများနှင့် သွားဖုံးများကို တစ်နေ့လျှင် နှစ်ကြိမ် သန့်စင်မှုပြု လုပ်ပေးပါ

နူးညံ့ပျော့ပျောင်းသော သွားတိုက်တံ အသေးလေးကို အသုံးပြုပါ။ သင့်ကလေးများအား နံနက်တိုင်း နှင့် ညတိုင်း မိမိတို့သွားတိုက်ရန် ကူညီမှုပေးပါ။ မိဘများအနေဖြင့် ကလေး အသက် ခုနစ်နှစ် အရွယ်အထိ ကူညီမှုပေးသင့်ပါသည်။

အသက် ၁၈ လ အောက်အရွယ်များ
ရေကိုသာလျှင် အသုံးပြုပါ၊
သွားတိုက်ဆေး မသုံးပါနှင့်။

အသက် ၁၈ လ မှ ၆ နှစ် အရွယ်များ
ဖလူအိုရိုက်ဒ်ဓါတ်နည်းသည့် ကလေးသွားတိုက်ဆေးကို ပဲစေ့တစ်စေ့လောက်သော သွားတိုက်ဆေးပမာဏ ကိုထည့်ပြီး အသုံးပြုပါ။

သင့် ကလေး၏ သွားများကို အသက် ၂ နှစ် အရွယ် မတိုင်မီတွင် စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ပေးပါ

သင့်ကလေးသည် မိမိတို့၏ အစောပိုင်းသွားပိုးစားခြင်း လက္ခဏာများအတွက် အသက် ၂ နှစ် အရွယ်တွင် စစ်ဆေးသင့်ပါသည် ။ ယင်းအား မိခင် နှင့် ကလေး ကျန်းမာရေး သူနာပြု၊ မိသားစု ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သွားဆရာဝန် တို့ နှင့် စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

သွားဆရာဝန်ထံသို့ သွားရောက်ပြသခြင်း -

- အသက် ၁၂ နှစ် အရွယ်ကလေးများအားလုံးသည် အများပြည်သူ့ သွားဆရာဝန် ဝန်ဆောင်မှုပေးရာသို့ သွားရောက်ပြသ နိုင်ပါသည်။ ယင်းသည် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကဒ် ကိုင်ဆောင်သူများအတွက် အခမဲ့ဖြစ်ပြီး အခြားသောသူများအတွက် စျေးနှုန်းသက်သာပါသည်။
- (03) 9341 1000 ၊ သို့မဟုတ် 1800 833 039 သို့ သင် ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်၊ (Melbourne Metro အပြင်ဘက်ပိုင်း)၊ သို့မဟုတ်လျှင်လည်း သင်နှင့် အနီးဆုံးရှိ အများပြည်သူ့ ဆေးခန်း အား ရှာဖွေရန် **www.dhsv.org.au** တွင် ကြည့်ရှုပါ။
- ပုဂ္ဂလိက သွားဆရာဝန်ကို ရှာဖွေရန် yellow pages တွင်လည်း သင် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

နောက်ထပ် အချက်အလက်များအတွက် သင့် သွားဆရာဝန်၊ မိခင် နှင့် ကလေး ကျန်းမာရေး သူနာပြု သို့မဟုတ် မိသားစု ဆရာဝန် တို့နှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ။

သင့် ဒေသခံ သွားဆရာဝန် ဆေးခန်း -

ဖွန်လ ၂၀၁၇ ခုနှစ်