

Tokangaekina 'a e nifo 'uluaki 'o e fanga ki'i pepe Caring for babies teeth

'Oku mahu'inga aupito 'a hono tokanga'i 'a e nifo 'uluaki 'o e fanau ke moui lelei mo malohi, pea 'e makatu'unga mei ai 'a e moui lelei 'a honau nifo hono ua.

Ko e ha 'uhinga 'oku mahu'inga ai ke moui lelei honau nifo 'uluaki?

- Ko e fanga ki'i pepe 'oku moui lelei honau nifo, 'e malava kenau kai 'a e me'akai 'oku 'iai 'a e ivi 'oku fiema'u kenau moui lelei mei ai. Ko e pepe 'oku nifo kovi 'e mamahi mo langa hono nifo pea faingata'a kenau lava 'o kai 'a e meakai fekefeka, hange ko e fua'i'akau mo e vesitapolo 'aia 'oku fiema'u 'ehe pepe kenau kai ke nau moui lelei mei ai. Ko e nifo kovi 'e malava ke fakatupu ai ha ta'e fiefie kai 'a e pepe pe koha 'ane kai me'akai vaivai ha taimi loloa.
- 'Oku tokoni foki 'a e nifo 'o e pepe ki he fakalalakaka 'ene lea.
- 'Oku tupu 'a e nifo 'uluaki 'o pepe ha vaha'a taimi kimu'a pea toki tupu mai 'a e nifo mo'oni. Kapau 'e ta'aki 'a hono nifo 'uluaki makatu'unga mei ha 'ane nifo kovi, koe nifo 'uluaki ko ia 'oku te'eki ai ke tupu 'e malava ke nau tupu mai ki-nautolu 'i tupu'anga 'oku totonu ke tupu mai ai 'a e nifo totonu pe nifo hono ua. 'Oku malava heni ke tupu fehilihili'i honau nifo pea 'e toe fiema'u ke fai hano faito'o 'a mui ange, pea 'oku fu'u mamafa aupito hono totongi.

Ko fe 'a e taimi 'oku tupu ai 'a e nifo uluaki 'o e pepe?

'Oku fa'a kamata tupu 'a e nifo 'uluaki 'i he vaha'a taimi 'o e mahina 3 ki he mahina 'e 15 honau ta'u motu'a. 'I he taimi 'oku ta'u 2 moe kongga ai 'a e fanau 'oku totonu ke tupu kotoa honau nifo 'uluaki 'aiakoe fo'i nifo 'e 20.

Ko e ha 'a e founga lelei taha ki hono fufulu e nifo 'o e pepe?

'Uluaki, Ko e sai taha ke holo'aki funga nifo ha kongga taueli tafitafi he 'aho kotoa pe. 'Oku te'eki ke fiema'u ha kilimi fulunifo ia. Hili 'a e ta'u taha, pea fakaaonga'i ha polosi pepe 'oku molu (te'eki ai pe ke fakaaonga'i ha kilimi fulunifo) ke fufulu'aki hono nifo. 'E sai aupito kapau 'e lava 'o fufulu tu'o 2 he 'aho. Kapau 'oku ke lava pe 'o fufulu tu'o taha he 'aho hono nifo, 'e lelei ange keke fakapapau'i ke fai ia pea ne toki

mohe he po'uli. Ko 'ene lahi fe'unga pe tamasi'i ke lava 'o 'a'anu (fakafuofua kuo ta'u 2), teke kamata faka'aonga'i 'a e kilimi fulunifo 'oku

si'isi'i ai 'a e fluoride. Kamata'aki pe fulunifo 'a e pepe ha ki'i me'i kilimi si'isi'i 'o toki fakaaui ai pe lahi hange ha foi piisi 'i he ta'u 6 tamasi'i. Fakaeeke ki ho Chemist pe ko fe 'a e kilimi 'oku si'i ai 'a e fluoride, pe ko ho'o fakasio 'a e kilimi fulunifo 'oku tohi'i 'i hono puha 'a e low fluoride.

'E anga fefe hano malava 'ehe matu'a 'o ta'ofi 'a e nifo kovi mei he'enu fanga ki'i pepe?

- Ta'ofi hono fakamohemohe'aki kinautolu 'enua hina huhu, tautau tefito ki he pouli. Ko e fakatupunga kovi lahi taha ia ki he nifo 'o e fanau ko hono tuku ki-

nautolu ki he mohenga moe fo'i hina huhu fonu 'i he huhu'a'i fo'i 'akau poe ko e inu melie. 'I he taimi 'oku nofo ai 'a e nifo 'o e fanau 'i he huhu'a melie ko 'eni 'o fu'u fuoloa 'oku fakatupu ai 'a e siemu pakatelia 'o kovi ai honau nifo. Ko 'etau tuku kenau misimisi 'enau hina he 'aho koia ko e fakatupu ai pe ia 'a e kovi honau nifo. 'E sai pe kapau 'e oange ha'ane hu'akau pe huhu'a'i fo'i'akau 'i he taimi kai, ka 'i he vaha'a 'o e houa kai, pe ko ha'ane fo'i hina he po'uli, 'e sai taha 'a e vai kuo 'osi haka pea 'oua 'e melie foki.

- Faka'ehi'ehi mei hono oange ki he pepe pe fanau ha me'akai melie ke nau kai 'i he vaha'a taimi 'o nga'ahi houa kai (ka 'oku sai pe kapau ko e hikinga ua he faka'osinga 'o e kai).
- Tauhi nifo matu'a moho te'enifo ke moui lelei. 'Oku malava ke fakapipihi 'e he matu'a 'a e siemu 'oku ne 'a e fakatupu 'a e nifo kovi mei honau ngautu 'ihe taimi 'oku nau 'uma ai ki he pepe moe taimi 'ah'ahi'i 'a e me'akai 'a e pepe.

'E anga fefe lava 'ehe matu'a 'o tala kuo nifo 'a e pepe?

'I he 'enau 'ite'ita, pipi pea hafu honau favai mo kai 'a e me'a kotoa pe tenau ma'u, koe nga'ahi faka'ilonga maheni aupito ia. 'E kula pea pupula mo fakafefeka honau te'enifo. 'E lelei kapau 'e 'oange ha me'a 'oku mokomoko kenau ngaungau (tuku ma'u pe ha teething ring ke mokomoko 'i he ice ki he taimi 'e fiema'u ai 'ehe pepe). Koe mamafana pe mofomofi koe faka'ilonga ia 'o e nifo, ka 'e kei malava pe ke 'uhinga ia ki ha mahaki kehe – kapau 'oku ke hoha'a mo lotomo'ua kiai, 'e lelei ange keke sio ki ho'o toketa pe koha neesi 'o e moui 'a e fanau iiki.

'E hoko nai 'a hono faka'aonga'i dummy (me'a fakana'ana'a) ke fakatupu kovi ki he nifo 'o e fanau?

'Oku sai pe 'a e misimisi 'o e dummy (pe kai tuhu) he te'eki kenau ta'u tolu. 'E kaunga kovi ia hili 'a e ta'u ko 'eni, ko e uhi tene teke 'eia honau nifo tu'u mu'a ke hula ki mu'a 'o fakatupunga ai 'a e mafuke honau luongutu 'olunga.

Ko fe taimi totonu ke ave ai 'a e pepe ke sio kiai 'a e toketa nifo?

'I hono ta'u ua. Ko e founga lelei ia, 'e lava heni 'ehe toketa 'o fakatokanga'i kei taimi ha fehalaaki pe mahaki 'i he nifo 'o e pepe pea malava ai ke fai 'ehe toketa hano faito'o kei taimi. 'I hono 'ave ki he toketa nifo tenau anga pea maheni ai fanau 'o 'ikai tenau ilifia he 'alu ki he toketa nifo.

Kapau 'oku ke fiema'u ha tokoni 'i he lea fakapapalangi, Telefoni ki he Translating and Interpreting Service (TIS) 'i he 131 450.

Teke malava ke mai ha nga'ahi fakamatala fekau'aki moe Mouilelei 'i he lea Fakatonga mei he Multicultural Communicaiton website 'i he <http://mhcs.health.nsw.gov.au>