

دندانهای کودکان را چک کنید لب را بالا بگیرید



و توی دهان را نگاه کنید

ماهی یک بار دنبال نشانه‌های اولیه خرابی دندان بگردید.
دندانهای سالم



خطهای سفید در امتداد لثه



لکه‌های قهوه‌ای یا زرد رنگ که با مسواک پاک نمی‌شوند



با دکتر یا پرستارتان در
باره بهداشت دندان
کودکتان صحبت کنید

حالا از دکتر
دندانپزشک وقت
بگیرید

از دکتر
دندانپزشک وقت
فوری بگیرید

با سه قدم آسان دندانهای کودکان را سالم نگه دارید

کودکتان را بدون بطری بخوابانید

(استفاده از بطری را در حدود ۱۲ ماهگی متوقف کنید)

از حدود ۶ ماهگی نوشیدن مایعات از فنجان را شروع کنید

(آب شیر را تا ۱۲ ماهگی بجوشانید)

وقتی اولین دندان نوزادتان در می‌آید مسواک زدن را شروع کنید

(از ۱۸ ماهگی از خمیر دندان کم فلوراید استفاده کنید)



Health
Centre for
Oral Health Strategy