

अपने बच्चे के दाँतों की जाँच करें

आँठ ऊपर उठारें और अंदर देखें

महीने में एक बार दाँत में खराबी के प्रारम्भिक संकेतों के लिए दाँतों की जाँच करें
स्वस्थ दाँत



मसूड़ों की कतार में सफ़ेद लकीरें

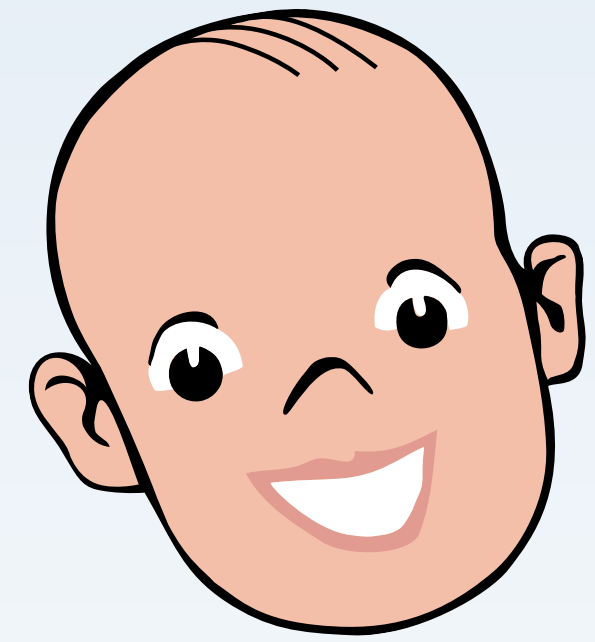


अभी दंत-
चिकित्सक
से मिलने का
समय लें

भूरे या पीले धब्बे जो ब्रुश करने से नहीं जाते



तुरंत दंत-
चिकित्सक
से मिलने का
समय लें



अपने डॉक्टर या नर्स से
अपने बच्चे के दाँतों के
बारे में बात करें

अपने बच्चे के दाँत, 3 सरल तरीकों से स्वस्थ रखें



अपने बच्चे को बिना बोतल के सुलाएँ

(करीब 12 महीने की आयु पर बोतल बंद कर दें)



करीब 6 महीने की आयु पर कप से पिलाना आरम्भ कर दें

(12 महीने की आयु तक नल का पानी उबाल कर दें)



जब आपका बच्चा पहला दाँत निकालता है, तभी ब्रुश से
दाँत साफ़ करने आरम्भ कर दें

(18 महीने की आयु से हल्के फ़्लोराईड टूथपेस्ट का उपयोग करें)