

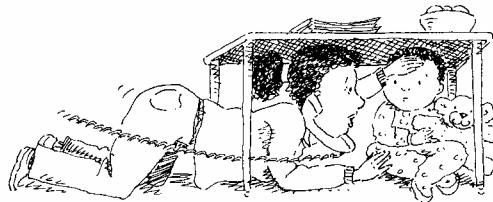
Chương Trình Nụ Cười

Khỏe Mạnh

Những Gợi Ý Để Giữ Cho Miệng Được Khỏe Mạnh



- Chùi sạch lợi của con quý vị mỗi ngày bằng cách dùng khăn lau sạch ẩm nước. Đánh răng bằng bàn chải mềm. Không cần kem đánh răng trong năm đầu tiên.
- Để làm sạch miệng của con quý vị, đặt đầu cháu nằm ngửa lên đùi quý vị để hai tay được rảnh trong việc làm sạch.
- Cái răng đầu tiên của con quý vị có thể mọc vào khoảng sáu tháng tuổi. Hãy cho cháu một vật lạnh, cứng chặt, an toàn để gặm để giúp cháu lúc mọc răng.
- Không nên cho con quý vị ngủ trong khi ngâm bình sữa pha, sữa bò, nước trái cây, hoặc bất cứ loại chất lỏng khác ngoài nước lã.
- Cho con quý vị tập dùng tách nước trái cây, sữa pha, hoặc nước lúc bảy tháng tuổi.
- Kiểm tra răng của con quý vị thường xuyên. Xem chừng các điểm trắng trên răng hoặc những thay đổi nào trên lợi.
- Nếu quý vị sống ở nơi mà trong nước dùng không có chất fluoride, hỏi bác sĩ hoặc nha sĩ của mình về chất fluoride.



Medical Assistance Administration

Children's
Hospital & Regional Medical Center

www.seattlechildrens.org

DELTA DENTAL
Washington Dental Service
Foundation