

Ca këshilla për dhëmbët e fëmijëve



FOLK
TAND
VÅRDEN
SKÅNE

Dhëmbët e fëmijëve

Tek fëmijët e vegjël shkaktohen më shumë vrima se tek të rriturit. Pije/ushqim të pasur me sasi të madhe sheqeri, sheqërlëke dhe haje të pakta e të shpeshta gjatë ditës e natës shton rrezikun që fëmijës ti shkaktohen vrima në dhëmbë.

Ushqim dhe pije

Adaptoje fëmijën tënd gjatë shujtave të përpikta- tri shujta kryesore dhe tri shujta të ndërmjetme. Mos lejo fëmijën të ha nga pak në mes të shujtave dhëmbët kanë nevojë për "pushim", dy orë pas pijes dhe ushqimit.

Adaptoje gjithashtu fëmijën tënd që ta **shuaj etjen me ujë**. Ekonomizo lëngun dhe limonadën për "festë"- por jo çdo ditë.

Ti japësh fëmijës tënd pije, lëng frutash ose qumësht me shishe gjatë natës shtohet rreziku për vrima në dhëmbët e fëmijës, për shkak se tretësira e ëmbël mbetet një kohë të gjatë në gojë.

Biskota, rrush të thatë. ëmbëlsira të thata dhe sheqerllëke rripake ngecën në dhëmb dhe mbetën aty një kohë të gjatë- mos e gostit fëmijën çdo ditë me gjëra të tilla.

Mëkim i shpeshtë ngushëllues, veçanërisht gjatë natës, të fëmijëve që kanë dalë dhëmbët, shton rrezikun që fëmijëve tu dalin vrima në dhëmbë.



Larja e dhëmbëve

Adaptoje fëmijën tënd në larje të dhëmbëve kur i dalin dhëmbët e para. Fëmijët nuk dinë vetë ti lajnë dhëmbët aq mirë para moshës tetë- dhjetë vjeçare. Ndhimjoje fëmijën tënd që ti lanë dhëmbët në mëngjes dhe mbrëmje.

Pastro anët përtpëse në dhëmballa se - dhëmbët janë "gropore" dhe u duhet pastrim i përpiktë. Pastro me lëvizje të

vogla në anën e mishit të dhëmbëve, se aty mblidhen shtresat.

Përdor një furçë të butë dhëmbësh- lloje të mira ka në barnatore ose në dyqanet e mallrave ushqimore.

Lëre fëmijën tënd të fle me dhëmb të pastër.

Fluori forcon dhëmbët

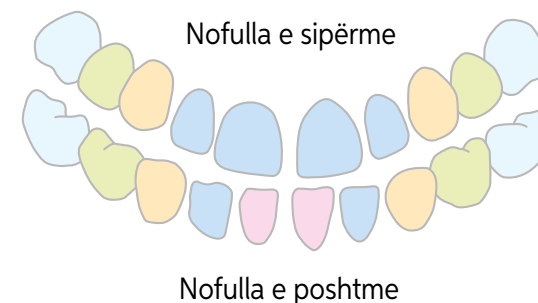
Fluori forcon smaltin e dhëmbëve. Përdor pak pastë fluori të dhëmbëve, përafërsisht aq shumë sa thoi i gishtit të vogël të fëmijës. Fillo t'ia lash dhëmbët fëmijës që kur duket se ka dal dhëmbi i parë.

Për më shumë fluor në formë pilulash ose çamçakëzësh, rekomandohen ato nga dentisti, nëqoftëse fëmija yt ka nevojë për to.

Ke bunarin tënd? Nëse uji përdoret për qullë ose si pije për fëmijë të vegjël, duhet bërë analizën e ujit. Zyra komunale të ndihmon për këtë.

Kur dalin dhëmbët e qumështit?

-  6-8 muaj
-  8-12 muaj
-  14-16 muaj
-  17-19 muaj
-  23-30 muaj



Pse shkaktohen vrima në dhëmbë?

Nëse dhëmbët nuk pastrohen çdo ditë, krijohet një shtresë e trashë e baktereve në dhëmbët. Bakteret sajojnë thartirë që brenë dhëmbët. Në gojë ka shumë baktere e sidomos tek ai që ha ose pi shpesh diç të ëmbël. Thartira brenë smaltin e dhëmbëve- shkaktohen vrima.

Bakteret infektojnë edhe mishin e dhëmbëve kështu që ai ënjtët dhe rrjedh gjak gjatë larjes së dhëmbëve.

Nëse ndodhë fatkeqësia?

Është e zakonshme që fëmijët rrezohen dhe i dëmtojnë dhëmbët e veta. Kontakto Shërbimin dentar nëse rrjedhë gjak ose nëse ndonjë dhëmb është liruuar, rri i shtrembër, është shtypur brenda ose shqitur e dalë nga goja. Nëse nuk je i/e sigurt se a janë lënduar dhëmbët, atëherë kontakto për hir të sigurisë dentistin.

Kurrë mos u mendo ta vësh në vend një dhëmb qumështi që ka ra.

Nëse ke pyetje të tjera për dhëmbët e fëmijës tënd, ti je i/e mirëseardhur të telefonosh tek Folk tandvården Skåne.

Tek ne merr këshilla dhe udhëzime në rast nevojë – si kur bëhet fjalë për shëndetin e gojës tënde ashtu edhe të fëmijës tënd. Ne kujdesim për dhëmbët e të gjithëve, pavarësisht moshës.

Lexo më shumë në:
www.folktandvardenskane.se.

