

Câteva sfaturi pentru sănătatea dentiției copilului tău



FOLK
TAND
VÅRDEN
SKÅNE

Dinții copiilor

Cariile apar mai ușor la copiii mici decât la adulți. Zahărul din produsele alimentare, sucuri, dulciurile și mâncatul neregulat crește riscul de formare a cariilor în gura copilului.

Mâncare și lichide

Obișnuiește-ți copilul cu mese regulate – trei mese principale și două gustări între mese. Nu-l lăsa să mănânce neregulat – dinții trebuie lăsați să se „odihnească” cam două ore după ce copilul a mâncat sau a consumat lichide.

Obișnuiește-ți copilul de asemenea **să bea apă ori de câte ori îi este sete**. Sucurile se vor păstra pentru „petrecere” – nu se vor consuma zilnic!

Dacă-i dai copilului tău lichide dulci, sucuri sau lapte în biberon în timpul nopții crește riscul pentru formarea cariilor, deoarece lichidele dulci rămân mult timp în gură.

Nu-i da copilului tău dulciuri în fiecare zi. Gândește-te că biscuiții, stafidele și caramellele rămân între dinți și rămân pentru mult timp acolo.

Alăptatul des de liniștire, mai ales noaptea, a copiilor cărora le-au ieșit dinții, crește riscul de deformare a cariilor.



Spălatul pe dinți

Obișnuiește-ți copilul să-și spele dinții chiar de la ieșirea primilor dinți. Copiii nu se pot spăla singuri pe dinți cum trebuie până la vârsta de 8–10 ani. Ajută-ți copilul să se spele pe dinți seara și dimineața.

Freacă cu periuța de dinți suprafața de mestecare a măselelor – măselele au „gropițe” și de aceea trebuie curățate foarte bine. Rotește ușor periuța pe marginea gingiilor, unde se depun bacteriile.

Folosește o periuță mică, moale – periuțe de calitate bună găsești la farmacie sau în magazinele alimentare.

Copilul tău trebuie să doarmă cu dinții curați!

Fluorul întărește dinții

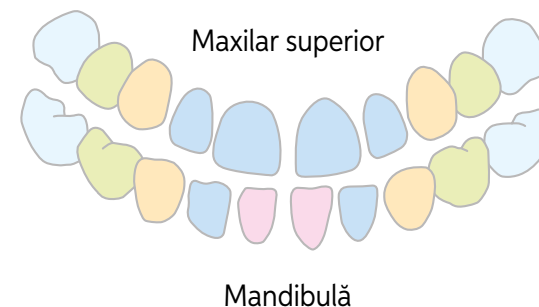
Fluorul întărește emailul dinților. Când copilul este aproape de un an, începe să folosești câte puțină pastă de dinți cu fluor. Începe curățirea dinților copilului tău cu periuța încă de la apariția primului dinte.

Doctorul stomatolog va prescrie un surplus de fluor sub formă de pastile sau de gumă de mestecat – dacă copilul are nevoie de asta.

Folosești apă din puțul propriu? Dacă folosești apă din puț la preparatul mâncării sau a lichidelor pe care le dai copiilor mici, va trebui să duci apa la analize. Primăria te va ajuta în această problemă

Când apar dinții de lapte?

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



Cum apar cariile?

Dacă nu te speli pe dinți în fiecare zi, se depune un strat gros de bacterii pe dinții tăi. Bacteriile formează acid și acidul îți strică dinții. Bacteriile se simt foarte bine în gura ta dacă mănânci tot timpul dulciuri sau bei suc. Acidul distruge emailul dintelui și așa se formează caria.

Bacteriile infectează gingia, care se umflă și sângerează când te speli pe dinți.

În caz de accident

Este normal ca copiii să cadă și să se lovească la dinți. Dacă sângerează, dacă vreun dinte se mișcă, nu stă drept, este împins în gingie sau a fost scos din gură, ia legătura cu stomatologia. Dacă nu ești sigur că dinții au fost afectați, ia legătura în orice caz cu un stomatolog ca să fii sigur.

Nu încerca niciodată să pui la loc un dinte de lapte care a căzut!

Dacă ai întrebări despre dinții copilului tău, ești binevenit să telefonezi la Serviciul public de stomatologie [Folktandvården Skåne]!

La noi primești sfaturi și indicații oricând ai nevoie – atât despre dantura ta, cât și a copilului tău. Noi îngrijim dinții tuturor, indiferent de vârstă.

Poți citi mai mult pe site-ul:
www.folktandvardenskane.se

