

لماذا تتسوس الأسنان؟

في حالة عدم تنظيف الأسنان بالفرشاة كل يوم، يؤدي ذلك إلى تراكم طبقات كثيفة من البكتيريا على الأسنان. تنتج البكتيريا أحماضاً تؤدي إلى اهتراء الأسنان. توجد كميات كبيرة من البكتيريا بصورة خاصة في فم الشخص الذي يأكل بصورة متكررة، أو يشرب المشروبات التي تحتوي على السكر. تأكل هذه الأحماض مينا الأسنان، فينتج عنها ثقب.

تُعدي البكتيريا أيضاً لثة الأسنان، بحيث تتورم وتنزف اللثة عند تنظيف الأسنان بالفرشاة.

بعد وقوع الحوادث

من المعتاد أن يقع الطفل على الأرض ويلحق الضرر بأسنانه، راجع طبيب الأسنان إذا كان هناك نزيف، أو في حالة انحلال أي سن من الأسنان، أو إذا انحرف السن، أو إذا تعرض السن إلى ضغط إلى الداخل، أو في حالة كسره خارج الفم. إذا كان عندك شك في أن أسنانك قد تضررت، اتصل بطبيب الأسنان احتياطاً!

لا تعد أياً من الأسنان اللبنية إلى موضعه في حالة سقوطه بسبب خبطة ما!

إذا كان لديك أي تساؤل عن أسنان طفلك،
فمرحباً بك للاتصال بالنظام الشعبي لرعاية
الأسنان!

لدينا، تحصل على الإرشادات والنصائح عند
الحاجة - سواء تعلق الأمر بصحة فمك أو
صحة فم طفلك. نحن نقوم برعاية أسنان
الجميع، بغض النظر عن العمر.

اقرأ المزيد على:

www.folktandvardenskan.se



استعمل فرشاة أسنان صغيرة وناعمة – توجد نوعيات جيدة في الصيدلية أو في محلات بيع المواد الغذائية.

لا تدع طفلك ينام بأسنان غير نظيفة!

الفلور يقوي الأسنان

إن الفلور يقوي سطح الإنسان. استعمل كمية قليلة من معجون الأسنان الذي يحتوي على الفلور، بحيث لا تزيد الكمية عن حجم الأصبع الصغير للطفل. ابدأ بتنظيف أسنان طفلك عندما يظهر أول سن داخل فمه.



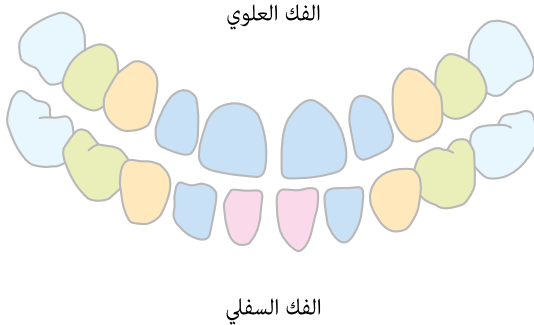
يتم وصف كميات إضافية من الفلور على شكل

حبوب أو علكة من قبل طبيب الأسنان، إذا كان طفلك يحتاج إلى ذلك.

هل يوجد بئر ماء خاص بمسكنك؟ في حالة استعمال مياه هذا البئر لتحضير الثدي أو المشروبات للطفل، فمن المستحسن أن يتم تحليل نوعية المياه. بإمكانك الحصول على المساعدة بهذا الصدد لدى مكتب البلدية.

متى تنبت الأسنان اللبنية؟

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



أسنان الأطفال

يصاب الأطفال الصغار بتسوس الأسنان بطريقة أسهل من الكبار. إن المشروبات والأطعمة الغنية بالسكر والحلويات والأكل المتكرر خلال النهار، يزيد من خطر تعرض الطفل لتسوس الأسنان.

الطعام والشراب

عود طفلك على مواعيد طعام منتظمة - ثلاث وجبات رئيسية ووجبتين صغيرتين بينهم. لا ترك طفلك يأكل كميات قليلة هنا وهناك بين الوجبات - حيث تحتاج الأسنان «الاستراحة» لبضع ساعات بعد الشراب أو الطعام.

عود طفلك على أن يروي عطشه بالماء. لا تقدم له المرطبات والمشروبات الغازية إلا في «المناسبات» - وليس كل يوم!

إن إعطاء الطفل الشراب المحلى أو العصير أو الحليب في زجاجة الرضاعة خلال الليل، يزيد من خطر إصابته بتسوس الأسنان، لأن السائل المحلى يبقى في الفم لفترة طويلة.

إن البسكويت والزبيب وحلوى التسلية والحلوى ذات القوام اللزج تلتصق بين الأسنان، لذلك يجب أن تتجنب تقديمها للطفل كل يوم.

إن ترضيع الطفل الذي نبتت أسنانه لتسليته، خاصة في الليل، يزيد من خطر إصابته بتسوس الأسنان.

تنظيف الأسنان بالفرشاة

عود طفلك على تنظيف أسنانه بالفرشاة عندما تنبت أول أسنانه. ليس بمقدور الطفل تنظيف أسنانه بنفسه جيداً قبل بلوغه سن الثامنة - العاشرة سنة. ساعد طفلك على تنظيف أسنانه بالفرشاة صباح مساء.

نظف مساحات المضغ على الطواحين بعناية. إن الأسنان مغضنة السطح وتتطلب تنظيفاً دقيقاً. نظف أسنان الطفل بحركات صغيرة على امتداد أطراف اللثة، التي تتجمع الترسبات حولها.

بعض النصائح عن أسنان الأطفال

