

Mấy lời chỉ dẫn về răng của trẻ nhỏ



FOLK
TAND
VÅRDEN
SKÅNE

Răng của trẻ nhỏ

Trẻ nhỏ hay bị sâu răng hơn người lớn. Thức ăn, đồ uống có nhiều chất đường, kẹo ngọt và việc ăn vặt sẽ tăng thêm nguy cơ bị sâu răng cho trẻ nhỏ.

Đồ ăn và thức uống

Hãy cho con cái bạn quen với việc ăn uống điều độ, ba bữa ăn chính và hai bữa ăn phụ, không nên cho trẻ nhỏ ăn vặt giữa các bữa ăn, răng cần phải có “sự nghỉ ngơi” một hai tiếng đồng hồ sau khi ăn uống.

Hãy cho con cái bạn quen với việc **khí khát thì uống nước**, còn nước ngọt có ga, nước hoa quả thì nên chờ tới khi có liên hoan, không nên uống hàng ngày!

Nếu bạn cho con bạn uống nước ngọt, nước hoa quả, sữa trong bình, chai trong buổi tối thì nguy cơ bị sâu răng sẽ tăng lên, bởi vì các chất ngọt đó sẽ ở trong miệng thời gian dài.

Phải nghĩ tới là bánh bích quy, nho khô, đồ ăn vặt, những kẹo dai mà bị mắc chặt ở răng và nằm tại đó trong thời gian dài – không nên cho trẻ nhỏ ăn những thứ đó hàng ngày.

Thường xuyên cho con bú để an ủi, đặc biệt vào buổi tối, đối với hững trẻ nhỏ đã có răng thì nguy cơ bị sâu răng sẽ tăng lên.



Sự đánh răng

Cho con cái bạn quen với việc đánh răng khi những răng đầu tiên mọc ra. Trẻ nhỏ trước 8 tuổi không thể tự mình đánh răng cẩn thận được. Hãy giúp con cái bạn đánh răng vào buổi sáng và buổi tối.

Đánh răng vào các phạm vi nhai ở các răng hàm- mặt răng gò ghề

không bằng phẳng cho nên phải làm sạch cẩn thận. Đánh răng với sự di động nhỏ theo thành lợi răng, tại đó hay tích chữ các lớp bẩn.

Hãy sử dụng một bàn chải đánh răng nhỏ mà mềm – loại bàn chải tốt có thể mua tại hiệu thuốc hay các cửa hàng thực phẩm.

Cho con cái bạn đi ngủ với những hàm răng sạch sẽ!

Chất FLO sẽ tăng cường, làm khỏe các răng

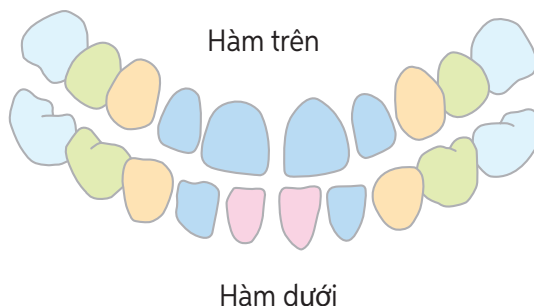
Chất flo sẽ làm tăng cường phần men của răng. Khi trẻ nhỏ được khoảng một tuổi thì nên bắt đầu sử dụng thuốc đánh răng có chất flo. Bắt đầu đánh răng cho con từ khi cái răng đầu tiên mới nhú.

Nếu con bạn cần thêm chất flo ở dạng thuốc viên hay dạng kẹo nhai thì bác sĩ nha khoa sẽ viết đơn thuốc để mua.

Nếu bạn có giếng nước riêng, và bạn lấy nước giếng để pha sữa hay làm nước uống cho trẻ nhỏ, thì nước giếng phải được kiểm tra đã, văn phòng quản lý địa phương sẽ giúp đỡ về việc này

Khi nào các răng sữa sẽ mọc?

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



Tại sao lại bị sâu răng?

Nếu bạn không đánh răng hàng ngày, thì sẽ có một lớp vi trùng dày tích tụ, gắn trên các răng. Các vi trùng đó sẽ gây ra chất a xít mà sẽ ăn mòn răng. Những người mà thường xuyên ăn hay uống các chất ngọt thì trong miệng sẽ có rất nhiều vi trùng. A xít ăn mòn lớp men trên răng – gây nên sự sâu răng.

Vi trùng còn gây ra sự nhiễm trùng ở lợi răng, khi đánh răng sẽ bị sưng hay chảy máu.

Nếu tai nạn xảy ra

Việc trẻ em ngã và gãy răng là chuyện thường. Hãy liên lạc với phòng nha khoa nếu chảy máu nhiều, nếu răng bị lung lay, bị lệch, bị ấn vào trong miệng hoặc bị rụng ra. Kể cả trong trường hợp bạn không chắc chắn thì cũng nên liên lạc với nha sĩ cho chắc chắn.

Một răng sữa đã rụng ra thì tuyệt đối không nên ấn trở lại!

Nếu bạn có nhiều câu hỏi khác về răng của con bạn thì đừng ngần ngại gọi điện cho phòng nha khoa!

Tại đây bạn được tư vấn và khuyên bảo nếu cần thiết - kể cả sức khỏe răng miệng của bạn cũng như của con bạn. Chúng tôi chăm sóc răng cho tất cả mọi người không kể tuổi tác.

Hãy đọc thêm tại:
www.folktandvardenskane.se.

