

اهتمي بأسنان طفلك



احرصي على منع تلف الأسنان في مرحلة الطفولة المبكرة
أواب رشف الماء والزجاجات الخاصة بالأطفال يجب عدم
استعمالها لشرب المشروبات المحلاة



المشروبات من
المساحيق المخلوطة
تساوي ١٣ مكعباً
من السكر**

عصير التفاح
غدي المحلى يساوي
١٢ مكعباً من
السكر**

مشروب الكولا
يساوي ١٢ مكعباً
من السكر**

الماء العادي
يساوي ٠ مكعب
من السكر**



يمكنك أن تمنعي تلف الأسنان في مرحلة الطفولة المبكرة

- الرضاعة الطبيعية من الثدي
- نظفي أسنان طفلك بإفرشاة الخاصة سواء أن يرضع من الثدي أو من زجاجة الحليب
- امسحي لثة أسنان الطفل يومياً منذ الولادة استعملي الفرشاة مرتين يومياً
- ضعي الماء العادي فقط في الزجاجات أو أواب رشف الماء وقت النوم
- تجنبي إعطاء طفلك المشروبات المحلاة بين وجبات الطعام*
- توقفي عن استعمال الزجاجات أو أواب مص الماء بعد أن يبلغ طفلك ١٤ شهراً من العمر
- اعتني بأسنانك عناية خاصة أثناء الحمل
- إن تلف الأسنان الشديد أثناء الطفولة المبكرة قد يؤثر على صحة طفلك العامة

استعملي الفرشاة
لتنظيف أسنان الطفل

مشروع الابتسامة السليمة للطفل السعيد ٢٠٠٤ (مشروع مشترك في مانيتوبا للوقاية من تلف الأسنان في الطفولة المبكرة)
نوجه شكرنا الخاص لمجتمع السكان الأصليين في روسو ريفر لمساهمتهم في هذا المشروع

إذا أردت الحصول على المزيد من المعلومات عن تلف الأسنان في فترة الطفولة المبكرة، الرجاء الاتصال بطبيب الأسنان في منطقتك، أو أخصائي صحة/علاج الأسنان، أو الطبيب العام، أو الممرض/ة أو نقابة أطباء الأسنان في مانيتوبا.
مصدر الصور: موقع الانترنت لوزارة الصحة في أندا ومعرض الصور الإعلامية، وزارة الصحة الفدرالية، <http://www.hc-sc.gc.ca> © صدرت بانن من وزير الأشغال العامة والخدمات الحكومية في أندا، ٢٠٠٤.