

Trucs pour les dents

- Brossez les dents de bébé
- Ne permettez pas à bébé de toujours téter sur sa bouteille ou sa tasse antifuite
- Passez à un verre conventionnel vers l'âge de 12 à 14 mois
- Donnez des aliments et des collations-santé
- Limitez la consommation de jus et de boissons gazeuses
- Aidez vos enfants à broser leurs dents jusqu'à ce qu'ils atteignent 8 ans
- N'employez pas des aliments pour reconforter votre enfant



Consultez un dentiste pour un examen d'ici son premier anniversaire

Collations appropriées du côté dentaire

- Fromage et craquelins
- Lait
- Yogourt
- Fruits et légumes*
- Pain à grains entiers/Bannock
- Sandwich au jambon, boeuf ou poulet
- Sauce aux pommes sans sucre ajouté
- Céréales sans sucre ajouté
- Galettes de riz sans sucre
- Oeuf cuit dur*

Mise en garde : Certains de ces aliments peuvent faire étouffer un jeune enfant ou peuvent engendrer une réaction allergique. La texture de certains aliments peut être modifiée pour de jeunes enfants (comme par exemple, cuire, couper ou râper les légumes crus et les fruits, couper des raisins en deux, râper le fromage,...). Consulter un médecin, un infirmier ou un nutritionniste si vous avez des questions sur ce sujet.



Vous avez des questions au sujet des dents de votre bébé, appelez votre :

- Dentiste
- Thérapeute dentaire
- Hygiéniste dentaire
- Médecin ou infirmier/infirmière

Les dents de bébé sont importantes!

Sourire en Santé Bébés en Santé



▶ 1 an

Prévenez la carie de la petite enfance

► Trucs au sujet du dentifrice

Commencez à employer un tout petit, petit pois (1/8 d'un pois) de dentifrice fluoré lorsque l'enfant aura 1 an.



Trop de dentifrice peut causer des décolorations permanentes sur les dents d'adulte.

Le parent adulte devrait mettre la quantité appropriée de dentifrice sur la brosse de l'enfant.

Montrez à l'enfant comment cracher l'excédent de dentifrice après le brossage.

N'oubliez pas de ranger le dentifrice dans un lieu sûr après le brossage. Certains enfants aiment le goût du dentifrice.

Regardez pour un dentifrice qui porte le sceau de l'Association dentaire canadienne.

Soulevez la lèvre!

Vérifiez les dents de votre enfant au moins une fois par mois pour des signes de carie.

Soulevez la lèvre du haut et regardez le long de la gencive. Habituellement la carie commence à cet endroit.

Regardez les dents en arrière avec un miroir dentaire que vous pouvez vous procurer dans une pharmacie.

La carie se présente comme une décoloration blanche, brune ou noire sur les dents souvent très près de la gencive.



Lignes blanchâtres le long de la gencive



Zones brunes ou cariées le long de la gencive

Photos : Courtoisie de www.calgaryhealthregion.ca/

Quel montant de dentifrice ai-je besoin?



Photos : Courtoisie de www.calgaryhealthregion.ca/hecomm/oral/fltoothpaste.htm

Les dents de bébé sont importantes!



« Projet Sourire en santé, enfant heureux »
Norway House Dental Therapy Program
Janvier 2004