

حتى يحب أطفالنا تفريش الأسنان

لماذا يجب أن نحرص
على تنظيف فم و أسنان
الطفل في عمر مبكر؟



متى نبدأ؟

• قبل بزوغ أسنانه باستخدام قطعة شاش مبللة بالماء للتخلص من آثار الحليب وبقايا السوائل المعطاة للطفل في شهوره الأولى مع الحرص على إعطائه رضعة ماء بعد كل وجبة يتناولها.

• وبعد ظهور الأسنان يجب البدء باستخدام فرشاة أسنان ذات رأس صغير وشعيرات ناعمة والقليل من معجون الأسنان مع التأكد من قدرة الطفل على عدم بلعه، أو الإكتفاء باستخدام فرشاة أسنان مبللة والمرور على جميع أسطح الأسنان والتخلص من بقايا الطعام والحليب. ويوجد حاليا في الأسواق أنواع من فرش الأسنان ذات الرؤوس الصغيرة التي تناسب حجم تجويف فم الطفل وهناك ما يلبس بالإصبع لسهولة الاستخدام.

كيف نحفز أطفالنا وننمي هذه العادة لديهم؟

• يجب أن يكون الوالدان قدوة حسنة لهم في إهتمامهم وحرصهم على تفريش أسنانهم.

• يمكن الإستعانة بالقصص المسلية التي تحثهم على المحافظة على صحتهم الفموية ما أمكن.

• كذلك إصطحاب الطفل لكي يختار فرشاة أسنانه بنفسه وإعطائه فكرة عن أنواع فرش الأسنان.

• تشجيع الطفل بالهدايا والمكافآت والملصقات عند كل تفريش أسنان مثالي مع إستخدام عبارات أو أناشيد تحكي كيفية تنظيف الأسنان والعناية بها مما يساهم في تعليمه الطريقة السليمة وتعزيز ثقته بنفسه حتى تصبح عادة التفريش عادة يومية لديه.

• لأن **تعويد الطفل على فم نظيف** وخال من البكتيريا الضارة هو الخطوة الأولى نحو التعود على تفريش الأسنان للحفاظ على فم صحي ونفس منعش طول العمر.

• كذلك، عندما **يتعود الطفل على لمسات أمه** داخل فمه يصبح تعوده على تفريش أسنانه أسهل وبالتالي يصبح متعاوننا في عيادة الأسنان في المستقبل.





مراقبة صحة الفم والأسنان



وزارة الصحة
إدارة طب الأسنان



حتى يحب أطفالنا تفريش الأسنان

www.smilekw.com

• كما يمكن للأم تشجيع طفلها عن طريق تفريش أسنان دميته المفضلة وإصطحابها معه عند تفريش أسنانه.

همسة إلى كل أم

- إن تفريش أسنان الطفل هو مسئولية الأم حتى يتمكن من كتابة اسمه بنفسه أو حتى يبلغ الطفل 8 سنوات من عمره حينها يجب عليها مراقبته والتأكد من قيامه بالتفريش الصحيح وذلك لأن قدرة الطفل على تحريك فرشاة الأسنان بالشكل الصحيح لا تكون مكتملة قبل ذلك.
- يجب استخدام كمية قليلة من معجون الأسنان بحجم حبة البازلاء.
- ضرورة إستبدال فرشاة الأسنان كل ثلاث أشهر أو عند تلف شعيراتها.
- لأي إستفسار لا تتردد في عزيزتي الأم بسؤال طبيب الأسنان في أقرب مركز للبرامج المدرسية.



تفضلوا بزيارة موقعنا

www.smilekw.com

2010



• نحذره من أخطار تسوس الأسنان وننمي لديه الشعور بأنه عدو سوف يجعل أسنانه سوداء اللون بدلا من ناصعة البياض وارتباط ذلك بشعوره بالألم إذا أهمل تنظيفها مم يوجد لديه دافعا قويا للحرص على تنظيف أسنانه بشكل يومي .

• ندعه يفرش أسنانه بنفسه ومن ثم نقوم بتفريش أسنانه للتأكد من المرور على جميع الأسطح.

• ويمكن أيضا اللجوء إلى أسلوب تبادلي يجعل الطفل يقوم بتنظيف أسنان الأم بفرشاتها ثم العودة إلى تنظيف أسنانه بفرشاته.