

如何保护婴幼儿的口腔

你知道从孩子出生就开始保护他们的口腔是很重要的吗？

尽早养成良好的口腔卫生习惯对他们今后的健康生活至关重要。

保护婴儿的口腔



使用干净、湿润的纱布或软布，每次喂食后轻轻地擦拭婴儿的牙龈。



只把母乳、配方奶、牛奶或水装在奶瓶里。不装含糖饮料，包括含糖牛奶和甜水。



戒掉吮拇指习惯，不要使用安抚奶嘴和吸管杯。



不要让婴儿含着奶瓶入睡。

刷牙预防龋病



长出第一颗牙就开始刷牙。



使用含氟牙膏。
3岁以下使用米粒大小。
3到6岁用豌豆大小的量。



监督孩子刷牙，直到孩子自己能够正确刷牙为止。

X2



每天刷两次。睡前刷牙尤其重要。

养成有利于全身健康的好习惯



少吃高糖的食物和饮料，尤其是在两餐之间。



确保在进行身体碰撞类运动和骑自行车时佩戴护齿器。



定期看牙医



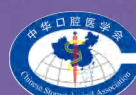
孩子的牙齿开始萌出或一周岁前就带他去做口腔健康检查。

定期进行口腔健康检查。



世界口腔健康日
三月二十日

worldoralhealthday.org



fdi
FDI World Dental Federation