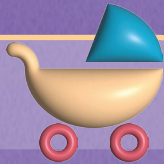


如何保护婴幼儿的口腔

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。



监督孩子刷牙，直到孩子自己能够正确刷牙为止。



使用含氟牙膏。

3岁以下使用米粒大小。3到6岁使用豌豆大小的量。

X2

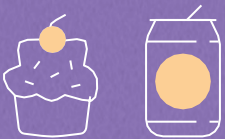


每天刷两次。睡前刷牙尤其重要。

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。



World Oral Health Day
20 March

worldoralhealthday.org



fdi
FDI World Dental Federation