

如何保护婴幼儿的口腔

你知道从出生起拥有健康口腔能为幸福生活奠定基础吗？
尽早建立良好的口腔护理习惯是未来健康、幸福的基石。

保护婴儿的口腔



使用干净、湿润的纱布或软布，每次喂食后轻柔地擦拭婴儿的牙龈。



只把母乳、配方奶粉、牛奶或水装在奶瓶里。
不要装含糖饮料，包括含糖的牛奶或水。



戒掉吮拇指习惯，不要使用安慰奶嘴和吸管杯。



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岁用豌豆大小的量。

X2



每天刷牙两次。
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。



在进行肢体碰撞类运动和骑自行车时，佩戴防护牙托。



定期看口腔医生

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。

