



أسنان صحيحة طفل صحيح

قائمة فحص الأسنان للأطفال من 0-6 سنوات

نصائح مفيدة لصحة الأسنان

خلال 18 شهرًا، يكون لدى معظم الأطفال 12-16 سنًا، ويعمر 36 شهرًا يكون لديهم من 16-20 سنًا. الأسنان الأولى التي تظهر هي الأسنان الأمامية، تليها الأسنان الخلفية.

نظف أسنان طفلك مرتين يوميًا باستخدام فرشاة أسنان ناعمة الشعر. يمكنك تنظيف الأسنان بالفرشاة باستخدام الماء العادي أو استخدام مسحة صغيرة جدًا من معجون الأسنان المفلور (حجم حبة الأرز). حتى الأطفال الصغار يمكنهم ان يصابوا بتسوس الأسنان. **يجب عليك فحص أسنان طفلك** على الأقل مرة في الشهر. ارفع الشفة العليا لرؤية الأسنان حتى خط اللثة. إذا كان لديهم بقع طباشيرية بيضاء أو بنية في أي مكان، أو تشقق أو كسر، خذ طفلك إلى طبيب الأسنان.

يجب فحص أسنان الأطفال من قبل طبيب الأسنان أو أخصائي صحة الأسنان **بحلول عيد ميلادهم الأول** حتى يتم العثور على أي مشاكل مبكرًا

قبل 18 شهرًا، يجب على الأطفال الرضاعة الطبيعية و / أو الشرب من كوب دون غطاء. إذا كان الأطفال لا يزالون يستخدمون زجاجة الرضاعة أو كوب الامتصاص، ينبغي تشجيعهم على التوقف عن استخدام كل من الزجاجة وكوب الامتصاص. **لا تدع طفلك يرشف باستمرار من زجاجة الرضاعة أو كوب امتصاص** مملوء بالحليب أو الحليب الصناعي أو العصير أو المشروبات الغازية أو مشروب الكول-ايد TM أو ماء السكر.

إذا كان يجب على طفلك أن يستخدم زجاجة الرضاعة ليتمكن من النوم، فاملأها بالماء العادي. إذا كنت ترضعين طفلك رضاعة طبيعية، فعليك أن تقطين طفلك من الثدي عندما يبدأ الأكل بشكل طبيعي.

يجب أن يتناول طفلك 5-6 مرات من الوجبات / الوجبات الخفيفة خلال اليوم. يساعد تناول الوجبات الخفيفة المتكررة على تسوس الأسنان، خاصة إذا كانت الأطعمة لزجة وحلوة. بعض الأمثلة على خيارات الوجبات الخفيفة الصحية هي الجبن، والمكسرات الكاملة من الحبوب، واللبن الزبادي، والفواكه والخضروات الطازجة. لمشروبات وقت الوجبة الخفيفة، قدم الماء العادي، أو الحليب. عندما يكون طفلك عطشانًا في أوقات أخرى، قم بتقديم الماء العادي.

تم تصميم قائمة التحقق هذه لمساعدتك على تتبع صحة أسنان طفلك وتطورها.

	لا	نعم
1. إذا كان طفلك بين 18-24 أشهر، هل لديه / لديها على الأقل 12 سنًا؟ أو إذا كان طفلك بين 25-36 أشهر، هل لديه / لديها على الأقل 16 سنًا؟	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. هل يتم تنظيف أسنان طفلك مرتين يوميًا من قبل شخص بالغ؟	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. هل أسنان طفلك نظيفة؟	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. هل تمت رؤية طفلك من قبل طبيب أسنان أو أخصائي صحة الأسنان؟	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. هل يشرب طفلك في الغالب من كوب دون غطاء؟	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. هل ينام طفلك بدون زجاجة الرضاعة؟	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. هل هناك أوقاتًا محددة لطفلك خلال اليوم لتناول الوجبات والوجبات الخفيفة؟	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

إذا كنت قد أجبت بـ "لا": لأي من هذه الأسئلة، يرجى التحدث إلى مقدم رعاية الأسنان لأسرتك حول تطور أسنان طفلك.

احصل على رعاية أسنان مجانية للأطفال والشباب

اتصل بالرقم 1-800-265-7293 امتداد 2661.

نحن نقدم خدمات مجانية لطب الأسنان للأطفال المؤهلين حتى سن 17 عامًا. قد يكون طفلك مؤهلاً للخدمة المجانية إذا كان هناك مصاعب مالية.

ينبغي على الآباء دائمًا التحدث إلى أخصائي رعاية الأسنان إذا كانت لديهم أسئلة أو مخاوف بشأن نمو أطفالهم أو سلامتهم. تم تعديل أداة فحص الأطفال هذه من النسخة الأصلية التي طورتها وحدة أبحاث خدمات صحة الأسنان المجتمعية، وهي إحدى وحدات الأبحاث المرتبطة بالنظم الصحية في حكومة أونتاريو.