

نکاتی برای کمک به ماندن وارنیش فلوراید روی دندان در تمام طول روز...

- ♦ نوشیدن آب اشکالی ندارد.
- ♦ در ادامه روز، غذاهای سفت، ترد یا جویدنی را ندهید.
- ♦ غذاها یا مایعات سرد یا گرم (و نه داغ) بدهید.
- ♦ آن روز یا شب، دندان‌های کودک را مسواک بزنید و نخ دندان نکشید.
- ♦ از صبح روز بعد مسواک بزنید و از نخ دندان استفاده کنید.

به یاد داشته باشید

- ♦ دندان‌های شیری مهم هستند.
- ♦ دندان‌های کودک خود را هر روز صبح و شب با یک خمیر دندان حاوی فلوراید مسواک بزنید.
- ♦ تنقلات، نوشیدنی‌ها و آبمیوه‌های شیرین را محدود کنید. بیشتر آب بدهید. نوشابه ندهید.
- ♦ یک مطب دندانپزشکی را به عنوان "خانه دندانپزشکی" فرزندتان انتخاب کنید.
- ♦ اولین ویزیت دندانپزشکی فرزندتان را تا یک سالگی انجام دهید.
- ♦ ویزیت‌های منظم را هر 6 ماه یک بار یا طبق توصیه دندانپزشک شروع کنید.



وارنیش فلوراید

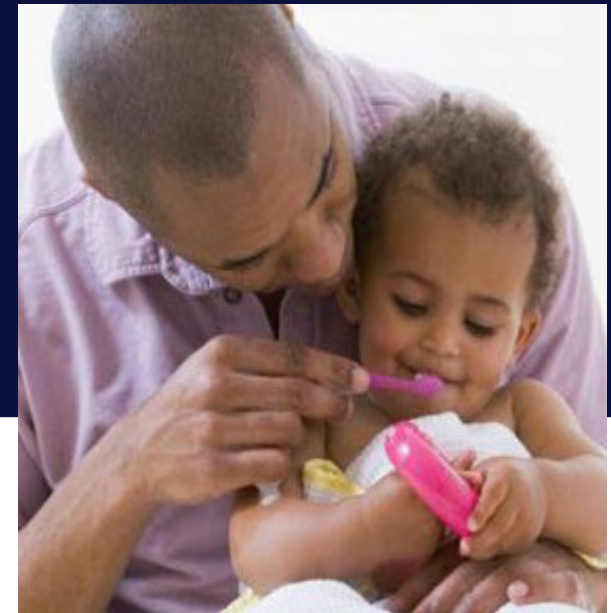
راهکاری برای
لبخندی زیبا

SACRAMENTO COUNTY



**PUBLIC
HEALTH**

Promote • Prevent • Protect





وارنیش فلوراید

♦ پوشش محافظی است که با مسواک روی دندان‌ها مالیده می‌شود تا از پوسیدگی دندان جلوگیری کند

♦ ایمن، سریع و بدون آسیب است.

♦ این روش، حتی در صورت استفاده از قطره فلوراید، قرص فلوراید، شستشو با فلوراید، خمیر دندان فلوراید یا نوشیدن آب حاوی فلوراید نیز کمک می‌کند.

♦ از این روش می‌توان در ویزیت‌های تندرستی کودک، سایر ویزیت‌ها با پزشک و مطب دندانپزشکی استفاده شود

♦ زمانی که 2 تا 5 بار در سال استفاده شود بهترین عملکرد را دارد

♦ به محض در آمدن اولین دندان قابل استفاده است

♦ ممکن است روی دندان‌ها زرد به نظر برسد - مسواک زدن صبح روز بعد، دندان‌ها را به رنگ طبیعی خود باز می‌گرداند

♦ همچنین برای کودکانی که نیازهای مراقبت‌های سلامتی ویژه ای دارند نیز موثر است.



از پزشک خود
بخواهید تا امروز
وارنیش فلوراید
را روی دندان‌های
فرزندتان
انجام دهد!



برای اطلاعات بیشتر تماس بگیرید:

کانتی ساکرامنتو

برنامه بهداشت دهان و دندان

تلفن: (916) 875-5869

ایمیل: OralHealth@SacCounty.gov

www.SacCountyOralHealth.net

