



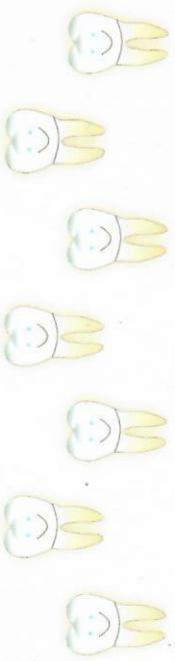
**سوعی کنید کودک را که نیمه شب بپیدار می شود با روشنی به غیر از شیر مادر را شیشه حاوی شیر (هلل بغل کردن یا راه رفتن و یا شیشه شیر حاوی آب) خواب کنید.**

بعد از سکالگی به کودک با شیشه، شیریا مایعات شیرین ندھیله، سعی کنید با قاشق و یا لیوان مواد را مصرف کنند.

طول زمانی که سیمه هادر یا شیشه شیر در دهان کودک است باید حداقل بـه اندازه زمان خوردن یک وعده غذایی باشد. نگذارد کودک شما در حالیکه شیشه شیر را در دهان دارد ساعت زیادی به بازی پردازد. چون این عادت موجب پوسیدگی می شود و امکان صدمات جنین بازی را زیاد می کند. اگر

برای کودک یکساله، یک گازیا پارچه تمیز خمیر دنغان را لرزد. مسواک نرم کوچک برای کودک خود آغاز کنید و تتما یکبار شب و یکبار صبح با مقدار جزئی خمیر دنغان حاوی فلوراید (به اندازه یک لپه مسواک نرم کوچک برای کودک مسواک زدن را باید توأیابی نف کردن ندارد بـا یک گازیا پارچه تمیز خمیر دنغان را لرزد. مسواک بزیند و سپس از او بـخواهید که آب دهانش را تقـ کند. اگر دنغانهای کودک پاک کنید. اگر کودک مسواک زدن شما را بسیند خوش تمایل پیدا می کند که مسواک بزند ولی تاسن نه سالگی باید این کار توسعـ ط مادر، پدر یا هردوی آنها تکمیل گردد. طول زمان مسواک زدن برای کودک یک دقیقه است بنابراین همه مافرست داریم که روزی دو بار برای کودک مسواک بزینم.





## والدین گرامی

پیشگیری از پوسیدگی نیازمند



سبزیهای خام مثل هویج، ذرت و آجیل شور، آدامس بدون قند، نوشابه بدون قند

پالاشت نیازمند

آببات، کیک، شیرینی، کلوچه، غلات شیرین شده، شیر عسل، آدامس شکر دار و بیسکویت.

آنکه بلالا صله بعد از دارو به کودک آب بدهید تا همان کودک شسته شود.

از نظر متخصصان اطفال بعده از ۸-۷ ماهگی کودک شما نیاز به شیر خودن در هنگام خواب شبانه ندارد. کودکانی که در شب با سینه مادر یا شیشه حاوی شیر به خواب می‌روند و به

خصوص کودکانی که شب تا صبح سینه مادر را در همان دارند، بیشتر دچار پوسیدگی دندانی می‌شوند. تنها مایعی که برای به خواب رفتن کودک می‌تواند به او بدهید، آب است.

اگر ابتدا کودک آب خالص را پذیرفت شیر را با آب رقیق کنید و هر شب آب بیشتری در شیر بریزید تا به آب خالص تبدیل گردد.

دندانهای شیری که از شش ماهگی شروع به رویش می‌کنند و تأسی ماهگی تکمیل می‌شوند، در تعذریه و تکلم کودک نویای شما اهمیت شایانی دارند.

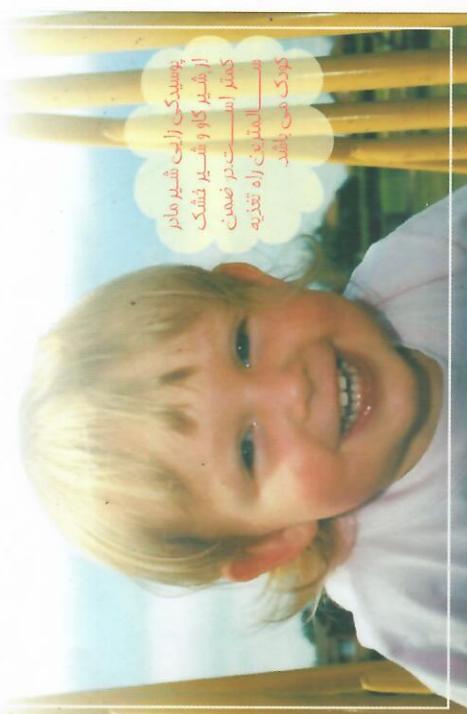
دندانهای کودکان در سینین پایین استعداد بیشتری برای پوسیدگی دارند. علت این پوسیدگی پلاک میکروبی (میکروبها می‌باشند ولی عادات غذایی سودمند و مساوا ک زدن یا چسبناک) میباشد.

رایت بهداشت دهان و دندان کودک میتواند مانع از فعالیت و موقیت میکروبها در جهت ایجاد پوسیدگی گردد.

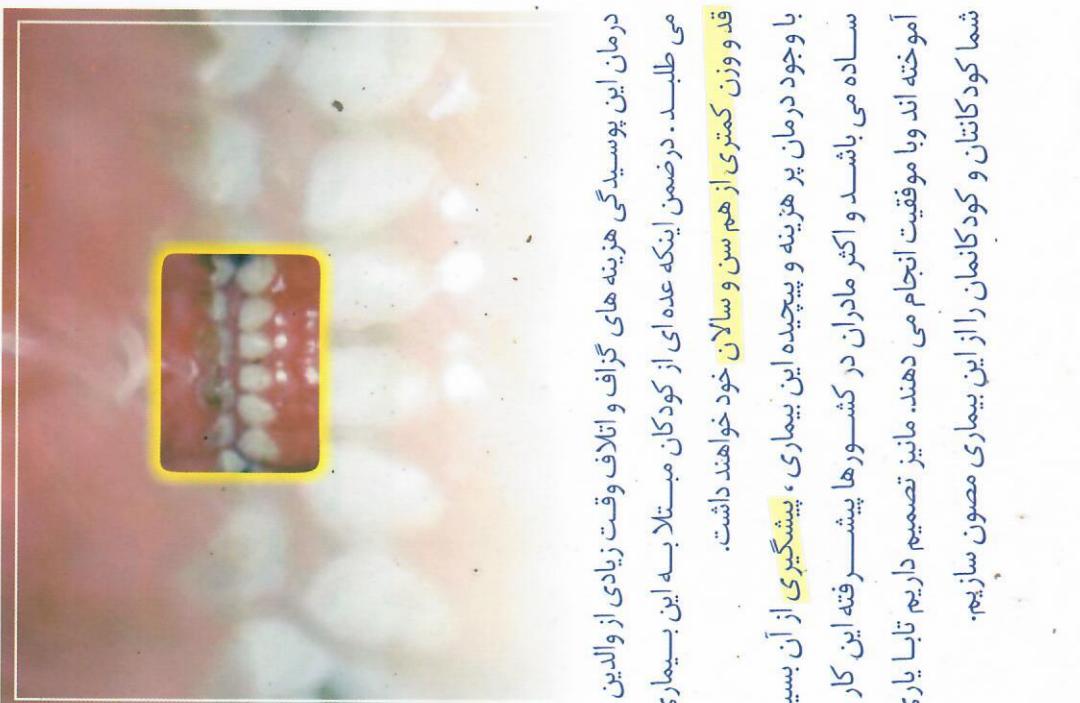
پوسیدگی دندانهای شیری در کودک زیر سه سال از قدر وزن کمتری از هم سن و سالان خود خواهد داشت.

بیماری‌های جدی دوران کودک است و عوارض بدی دارد.

پوسیدگی از ن بسیار  
با وجود درمان پر هزینه و پیچیده این بیماری، پیشگیری از آن بسیار ساده می‌باشد و اکثر مادران در کشورها پیشتر فته این کار را آموخته اند و با موقیت انجام می‌دهند. مانیز تصمیم داریم تا بیماری شما کودکانشان و کودکانمان را از این بیماری مصون سازیم.



پوسیدگی از ن بسیار  
با وجود درمان پر هزینه و پیچیده این بیماری، پیشگیری از آن بسیار ساده می‌باشد و اکثر مادران در کشورها پیشتر فته این کار را آموخته اند و با موقیت انجام می‌دهند. مانیز تصمیم داریم تا بیماری شما کودکانشان و کودکانمان را از این بیماری مصون سازیم.



نکات قابل توجه براحتی پیشگیری از پوسیدگی دور کودک زیر ۳ سال حس چشایی کودک را به مواد شیرین عادت ندهید. حتی الامکان در بین وعده های غذایی به کودک مواد شیرین نوشیدنی یا خوردنی ندهید (در صورت اصرار کودک، حداقل روزی دوبار مصرف تقالقات شیرین مجاز میباشد). این مطلب در

پیشگیری از پوسیدگی بزرگسالان نیز صادق است.

دندانهای شیری که از شش ماهگی شروع به رویش می‌کنند و تأسی ماهگی تکمیل می‌شوند، در تعذریه و تکلم کودک نویای شما اهمیت شایانی دارند.

دندانهای کودکان در سینین پایین استعداد بیشتری برای پوسیدگی دارند. علت این پوسیدگی پلاک میکروبی (میکروبها می‌باشند ولی عادات غذایی سودمند و مساوا ک زدن یا چسبناک) میباشد.

رایت بهداشت دهان و دندان کودک میتواند مانع از فعالیت و موقیت میکروبها در جهت ایجاد پوسیدگی گردد.

پوسیدگی دندانهای شیری در کودک زیر سه سال از قدر وزن کمتری از هم سن و سالان خود خواهد داشت.

بیماری‌های جدی دوران کودک است و عوارض بدی دارد.

پوسیدگی از ن بسیار  
با وجود درمان پر هزینه و پیچیده این بیماری، پیشگیری از آن بسیار ساده می‌باشد و اکثر مادران در کشورها پیشتر فته این کار را آموخته اند و با موقیت انجام می‌دهند. مانیز تصمیم داریم تا بیماری شما کودکانشان و کودکانمان را از این بیماری مصون سازیم.

پوسیدگی از ن بسیار  
با وجود درمان پر هزینه و پیچیده این بیماری، پیشگیری از آن بسیار ساده می‌باشد و اکثر مادران در کشورها پیشتر فته این کار را آموخته اند و با موقیت انجام می‌دهند. مانیز تصمیم داریم تا بیماری شما کودکانشان و کودکانمان را از این بیماری مصون سازیم.