



ធ្មេញទារកមានសារៈសំខាន់!

Tooth Tips 0-12 months: Khmer



គន្លឹះថែទាំធ្មេញសម្រាប់គ្រួសារ

ធ្មេញទារកមានសារៈសំខាន់សម្រាប់ការបរិភោគ និយាយ និងញញឹម។
ធ្មេញទារកក៏រក្សាកន្លែងសម្រាប់ដុះធ្មេញមនុស្សពេញវ័យ និងនាំឱ្យដុះត្រូវចំកន្លែងផងដែរ។
ធ្មេញពួកអាចបង្កឱ្យមានការឈឺចាប់ បញ្ហាដំណេក និងបញ្ហាបរិភោគ។

កុំដាក់ទារកឱ្យគេងជាមួយដបទឹកដោះគោ



ការដាក់ទារកឱ្យគេង ជាមួយដបទឹកដោះគោ អាចបង្កឱ្យធ្មេញពួក។

កុំឱ្យទារកញ៉ាំទឹកផ្លែឈើ និងភេសជ្ជៈផ្អែមផ្សេងទៀត



ទឹកដោះម្តាយ ម្សៅទឹកដោះគោឆ្កុង ឬទឹកម៉ាស៊ីនត្រជាក់គ្មាន គឺល្អបំផុតសម្រាប់ទារក។

ភេសជ្ជៈផ្អែមអាចធ្វើឱ្យធ្មេញពួក។

ចាប់ពីអាយុ៦ខែ កូនរបស់អ្នកអាចចាប់ផ្តើមដឹកទឹកពីពែង



ទារកអាចចាប់ផ្តើមរៀនដឹកទឹកពីពែងនៅអាយុប្រហែលជា៦ ខែ។ បន្ទាប់ពី១២ខែ កុមារមិនត្រូវការដបទេ។

សម្អាតធ្មេញ និងអញ្ចាញធ្មេញរបស់កូនអ្នក ឲ្យបានឆាប់នៅពេលដុះធ្មេញដំបូង

កុមារប្រហែលជាមិនចង់ឱ្យគេដុះធ្មេញរបស់ពួកគេនៅពេលដំបូងទេ។



ប្រើក្រណាត់សើមដុះធ្មេញ។

សម្អាតទាំងព្រឹក និងយប់ជាមួយ ប្រាសដុះធ្មេញទន់ភ្លេច។ កុំប្រើថ្នាំដុះធ្មេញ សម្រាប់ក្មេងអាយុក្រោមអាយុ១៨ខែ។

ផ្តល់អាហារដែលនាំមកនូវសុខភាពល្អជារៀងរាល់ថ្ងៃ និងកំណត់ការញ៉ាំចំណីផ្អែម



បើកូនរបស់អ្នក មានក្បាលដោះជាំ ក៏ដាក់ចំណីផ្អែមនៅលើ ក្បាលដោះជាំនោះ។

ការញ៉ាំអាហារដែលមានជាតិស្ករខ្ពស់ អាចនាំឱ្យធ្មេញពុក។

