ကလေးသူငယ်၏ ငယ်သွားများသည် အရေးကြီးပါသည်။

Tooth Tips 18 months – 6 years: Burmese

18 လ – 6 နှစ်

မိသားစုများအတွက် သွားနှင့်ဆိုင်သည့် အကြံပေးအချက်အလက်များ

ကလေးသူငယ်၏ ငယ်သွားများသည် အစား စားရန်၊ စကားပြောရန် နှင့် ပြုံးရန်တို့အတွက် အရေးကြီးပါသည်။
ကလေးသူငယ်၏ ငယ်သွားများသည် လူကြီးသွားများအတွက်လည်း နေရာပေးထားပြီး သူ့နေရာမှန်အတွက် လမ်းညွှန်ပေးပါသည်။
သွားပိုးစားလျှင် နာကျင်မှုများ၊ အိပ်မပျော်နိုင်သည့် ပြဿနာများ နှင့် အစား စားရန် ပြဿနာများကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။

အသက် ၁၂ လ နောက်ပိုင်းတွင် ကလေးသူငယ်များသည် ရေခွက်ဖြင့် အရည်သောက် ရပါမည်

သင့်ကလေးသည် ရေပိုက်ခေါင်းမှရေ သို့မဟုတ် ရေခွက်ထဲမှ မလိုင်ပါသည့် နွားနို့စစ်စစ်ကို သောက်နိုင်ပါသည်။

သစ်သီးဖျော်ရည် နှင့် အခြားသော ချိုမြိန်သည့် ဖျော်ရည်များကို ရှောင်ရှားပါ

ရေပိုက်ခေါင်းမှရေ သို့မဟုတ် ရေခွက်ထဲမှ မလိုင်ပါသည့် နွားနို့စစ်စစ်ကို တိုက်ပါ။

ကလေးများသည် သစ်သီးဖျော်ရည် သို့မဟုတ် ချိုမြိန်သော ဖျော်ရည်များကို မလိုအပ်ပါ။ ၎င်းတို့သည် သွားပိုးစားခြင်းအား ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။
ဖျော်ရည်အစား လတ်ဆတ်သော သစ်သီးကို ကျွေးပါ။

dental health services victoria
better dental access
(03) 9341 1000
dhsv.org.au

VICTORIA State Government
Education and Training

ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော သရေစာများ ကျွေးမွေးခြင်း သို့မဟုတ် ချိုသော အစားအစာများကို ရှောင်ရှားခြင်း

ဤတွင် လတ်ဆတ်သော သစ်သီး နှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ ဒိန်ချဉ်၊ ဒိန်ခဲနှင့် ဘီစကွတ်မုန့်အခြောက်များနှင့် အသားညှပ် ပေါင်မုန့်များ ပါဝင်ပါသည်။

သကြားဓာတ် မြင့်မားစွာပါဝင်သည့် အစားအစာများ စားသုံးခြင်း သည် သွားပိုးစားခြင်းသို့ ဖြစ်ပေါ်လာစေနိုင်ပါသည်။

သင့်ကလေး၏ သွားများနှင့် သွားဖုံးများကို တစ်နေ့လျှင် နှစ်ကြိမ် သန့်စင်မှုပြုလုပ်ပေးပါ

နူးညံ့ပျော့ပျောင်းသော သွားတိုက်တံ အသေးလေးကို အသုံးပြုပါ ။ သင့်ကလေးများအား နံနက်တိုင်းနှင့် ညတိုင်း မိမိတို့သွားတိုက်ရန် ကူညီမှုပေးပါ။ မိဘများအနေဖြင့် ကလေး အသက် ၈နှစ်နှစ် ရွယ်အထိ ကူညီမှုပေးသင့်ပါသည်။

အသက် ၁၈ လ မှ ၆ နှစ် အရွယ်များ

ဖလူအိုရိုက်ဒ်ဓါတ်နည်းသည့် ကလေးသွားတိုက်ဆေးကို ပဲစေ့တစ်စေ့-ပမာဏလောက်သော သွားတိုက်ဆေးကိုထည့်ပြီး အသုံးပြုပါ။

လူကြီးများနှင့် အသက် ၆ နှစ် နှင့် အထက် ကလေးများ

ဖလူအိုရိုက်ဒ်ဓါတ်ပုံမှန်ပါသော သွားတိုက်ဆေးကို ပဲစေ့တစ်စေ့ပမာဏလောက်သော သွားတိုက်ဆေးကိုထည့်ပြီး အသုံးပြုပါ။

သင့်ကလေး၏ သွားများကို အသက် ၂ နှစ် အရွယ် မတိုင်မီတွင် စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ပေးပါ

သင့်ကလေးသည် မိမိတို့၏ အစောပိုင်းသွားပိုးစားခြင်း လက္ခဏာများအတွက် အသက် ၂ နှစ် အရွယ်တွင် စစ်ဆေးသင့်ပါသည်။ ယင်းအား မိခင် နှင့် ကလေး ကျန်းမာရေး သူနာပြု၊ မိသားစု ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သွားဆရာဝန် တို့ နှင့် စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

သွားဆရာဝန်ထံသို့ သွားရောက်ပြသခြင်း -

- အသက် ၁၂ နှစ် အရွယ်ကလေးများအားလုံးသည် အများပြည်သူ့ သွားဆရာဝန် ဝန်ဆောင်မှုပေးရာသို့ သွားရောက်ပြသ နိုင်ပါသည်။ ယင်းသည် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကဒ် ကိုင်ဆောင်သူများအတွက် အခမဲ့ဖြစ်ပြီး အခြားသော သူများအတွက် ဈေးနှုန်းသက်သာပါသည်။
- (03) 9341 1000 ၊ သို့မဟုတ် 1800 833 039 သို့ သင် ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်၊ (Melbourne Metro အပြင်ဘက်ပိုင်း)၊ သို့မဟုတ်လျှင်လည်း သင်နှင့် အနီးဆုံးရှိ အများပြည်သူ့ဆေးခန်း အား ရှာဖွေရန် **www.dhsv.org.au** တွင် ကြည့်ရှုပါ။
- ပုဂ္ဂလိက သွားဆရာဝန်ကို ရှာဖွေရန် yellow pages တွင်လည်း သင် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

နောက်ထပ် အချက်အလက်များအတွက် သင့် သွားဆရာဝန်၊ မိခင်နှင့်ကလေး ကျန်းမာရေး သူနာပြု သို့မဟုတ် မိသားစု ဆရာဝန် တို့နှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ။

သင့် ဒေသခံ သွားဆရာဝန် ဆေးခန်း -

ဇွန်လ ၂၀၁၇ ခုနှစ်