



မဲနိုထံတဖၣ်န့ၣ်အကါဒိၣ်ဝဲလီၤ။

Tooth Tips 12-18 months: Karen



မဲအတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်လၢဟံၣ်ဖိပီဖိအဂီၢ်

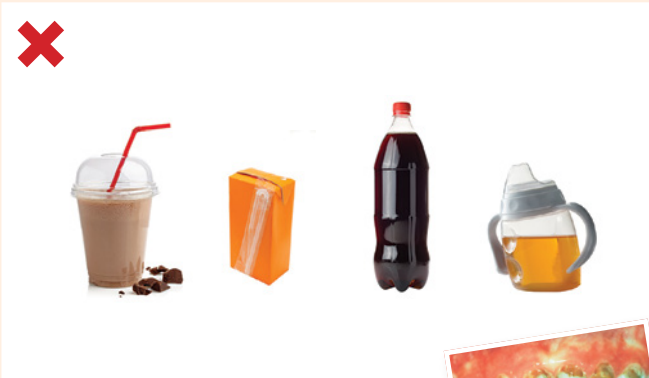
မဲနိုထံတဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်လၢကအိၣ်တၢ်,ကတိတၢ်ဒီးနံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။
မဲနိုထံတဖၣ်ဟ်ယၢ်တၢ်လီၢ်လၢသးပျံၤမဲအဂီၢ်ဒီးပၤဆ့ၣ်န့ၣ်က့ၤအဝဲသ့ၣ်လၢ
ကအိၣ်လၢအလီၢ်အကျဲၣ်ဝဲအဂီၢ်လီၤ။
မဲအယၢ်အိၣ်န့ၣ်ကဆါဝဲ,ကစးကဲထီၣ်တၢ်မံဒီးကအိၣ်ကအိတၢ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကီသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ။

ဖဲၤၤလၢပူၤကွံၣ်အလီၢ်ခံ,ဖိဒံဖိသ့ၣ်တဖၣ်တလိၣ်ဘၣ်လၢအတၢ်န့ၣ်ထံပလီဘၣ်.



န့ၣ်ထံလၢထံပဲးလိအပူၤမ့ၢ်တၢ်န့ၣ်ထံလၢအပူၤဒီးအသိတဖၣ်
န့ၣ်လၢခူးအပူၤသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ။

ဟးဆ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်အထံဒီးတၢ်ဆါထံအဂၤတဖၣ်တက့ၢ်.



ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်အီၤထံလၢထံပဲးလိအပူၤမ့ၢ်တၢ်န့ၣ်ထံလၢအပူၤဒီးအသိန့ၣ်တက့ၢ်.

ဖိသ့ၣ်တဖၣ်တလိၣ်အိၣ်တၢ်သ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်အထံန့ၣ်ဘၣ်.
တၢ်အံၤကမၤဟးဂီၢ်အဝဲသ့ဝဲလီၤ။
ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်အီၤတၢ်သ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်အသံကစဲးလၢတၢ်သ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်
အထံအလီၢ်တက့ၢ်.

ဟ့ၣ်အိၣ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢကန့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါဒီးမၤစ့ၤလီၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ဟးဆ့ၣ်တၢ်အိၣ်လၢအဆၢတဖၣ်



တၢ်အိၣ်ပၣ်ယုၣ်တၢ်သ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ဒီးတၢ်ဒီးတၢ်လၢအသံကစး,ယိကး,တၢ်န့ၣ်ထံသကးဒီးကိၣ်ဘံးစကံးဒီးစဲဝဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.



အိၣ်တၢ်အိၣ်တဖၣ်လၢအပၣ်ယုၣ်အိၣ်ဆၢအသဟီၣ်လၢအဆၢန့ၣ်ကမၤဟးဂီၤပမဲသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.



မၤကဆိၣ်နဖိအမဲဒီးအမဲကူတန့ၣ်ခံၣ်တက့ၢ်.



သ့ကသံၣ်ထူးမဲအဘိၣ်လၢအဆံးဒီးကပုၣ်တက့ၢ်.မၤစ့ၤနဖိလၢကထူးအမဲဂီၤဒီးဟါအဂီၢ်တက့ၢ်.မိၢ်ပၢ်တဖၣ်ကဘၣ်မၤစ့ၤအဖိတုၤအသးပျဲထီၣ်ဂ့ၣ်န့ၣ်တစ့န့ၣ်လီၤ.



၁စလါဆူအဖိလၢ သ့ထံဒီးတဘၣ်သ့ကသံၣ်ထူးမဲတဂ့ၢ်.



၁စလါတုၤဖိန့ၣ် သ့ဖိသၣ်ကသံၣ်ထူးမဲလၢအပၣ်ယုၣ်ဖလူအိၣ်ရဲး (fluoride) ထဲပထိးချံဖိတဖျၢၣ်အသိး.

မၤကွၢ်နဖိအမဲတချုးအသးပျဲထီၣ်ဒီးခံန့ၣ်အခါတက့ၢ်.

နဖိကဘၣ်မၤကွၢ်အမဲဒ်သိးကထံၣ်ဘၣ်မဲဟးဂီၤလၢအဆံးဒီးတၢ်ပနီၣ်အိၣ်ဖျါမဲလၢကသ့အဂီၢ်မဲအသးပျဲထီၣ် ၂န့ၣ်အခါန့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်ကဘၣ်တၢ်မၤကွၢ်န့ၣ်အိၣ်ဖျါမဲန့ၣ်ဒီးဖိဆံးဆူၣ်ချုးန့ၣ်, ဟံၣ်ဖိဖိမိကသံၣ်သရၣ်,မ့ၢ်တမ့ၢ်မဲကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်လဲၤထီၣ်မဲကသံၣ်သရၣ်-

- ဖိဒံဖိသၣ်လၢအသးပျဲထီၣ်၁၂န့ၣ်ဆူအဖိခိၣ်တဖၣ်လဲၤပဲအုပဒိၣ်မဲအတၢ်မၤစ့ၤအတၢ်ဖဲတၢ်မၤအလီၢ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်အိၣ်ဟ့ၣ်ကလိအိၣ်ဆူပုၤလၢအဖိၣ်ယာ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူအတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယာ်အခးတဖၣ်ဒီးအဖျါကလဲၤဘၣ်ဝဲဒၣ်လၢပျဲကိးဂးဒီးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- နကံးလိတံစိမဲ(၀၃)၉၃၄၁၁၀၀၀,မ့ၢ်တမ့ၢ်၁၈၀၀၈၃၃၀၃၉(မဲလဲၤဘၢၣ်ဂျၢၢ်),မ့ၢ်တမ့ၢ်လဲၤကွၢ်မဲ **www.dhsv.org.au** လၢကသ့ၣ်ညါပဒိၣ်မဲတၢ်အိၣ်တဖၣ်မဲအဘူးဒီးန့ၣ်ကသ့အဂီၢ်တက့ၢ်.
- နကွၢ်ယုၣ်မဲလံာ်ဘိကဘျဲအပူၤဒ်သိးကထံၣ်န့ၣ်တၢ်မဲအလီၢ်လၢတမ့ၢ်ပဒိၣ်အတၢ်မၤဆူအဖိလၢန့ၣ်သ့ၣ်လီၤ.

ကတိၤတၢ်ဒီးနမဲကသံၣ်သရၣ်ဒီးမိၢ်ဒီးဖိဆံးဆူၣ်ချုးန့ၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ဟံၣ်ဖိဖိမိကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်လၢကသ့ၣ်ညါအိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

