



Bawhte ha cu an biapi!

Tooth Tips 0–12 months: Chin-Hakha



Chungkhar caah ha zohkhenhning

Bawhte ha cu an rawleinak, holhnak le nihnak ah a biapimi an si.
An bawhte lio ha nih khan an upat tik i an ha a kheuh ding hmun a chiah,
a remh piak cia hna.
Ha kuatnak nih fahnak, ih khawhlonak le ei khawhlonak tehna a chuah pi.

Na fa kha a hnuk thawl he ih ter hlah.



Bawhte an hnuk thawl he ihternak nih ha kuatnak a chuahpi.

Bawhte kha thingthei hang le adang athlummi hang pe hna hlah.



An nu le hnuk, formula hnuk asiloah tithah daimi kha bawhte caah cun an ttha bik.



Athlummi hang dinnak nih ha kuatnak a chuahpi.

Thla 6 a tlin in na fa nih hrai in din a thawk khawh.



Bawhte nih thla 6 hrawng an tlin in hrai in din an thawk, an cawn khawh. Thla 12 an tlin khan cun ngakchia nih hnuk thawl an herh ti lo.

Na fa ha an corh/an kheuh leh cangka in an ha le hani kha ttawl hram thawk.

Ngakchia nih an ha ttawl kha a hramthawk ahcun an duh theng lai lo.



A cinmi puan thiang khan an ha hnawh piak hna.



Ha ttawlnak a nemmi tein an ha kha zing le zan ttawl piak hna. Thla 18 tang caah cun hasi hmang hlah.

Ngandamnak i a tthami rawl pawl kha nifatin pe hna law athlummi rawl pawl pek kha isum.



Nu hnuk deu (dummy) a hman cun a par ah athlummi thuh/neh hlah.

Cini/thanthling a tammi rawl einak nih ha kuatnak a chuahpi.