



چوشیدون ایرکه، انگشت و چوشک

مشوره د باره کمک قد ترک کیدون ازی عادت

- **زیاد عجله نکید** - توقف ددون چوشک به صورت ناگهانی توصیه نه موشه بخاطریکه ای کار شاید منجر به عادتای چوشیدون کدم چیز دیگه شونه.
 - **استفاده از چوشک ره محدود کید** - د وقتایی خواو چوشک ره به ملایمت از شی بیگرید تا عادتای خوب خواو ره یاد بیگره.
 - **موفقیت شی ره تشویق کید** - طفل خوره بخاطر ترک عادتای شی جایزه بیدید یا تشویق کید.
 - **از چیزایی سرگرم کننده استفاده کید** - دستای شی ره قد بازی کیدو توسط یک دستکش دندو بور کیدو (teething mitten)، سامان بازی، فعالیتا و کتاب ها مصروف نگاه کید.
- پریندون عادت شی شاید سخت باشه ولی زحمتای شیم نتیجه میدیه.

چوشیدون ایرکه، انگشت و چوشک یک رفتار راحت کننده است که اکثر اطفال قد شی رشد مونن.

چوشیدون ازی چیزا بعد از سن 4 سالگی می تینه باعث موارد زیر شونه:

- دندونای کج - دندو شاید از قطار خو بیرون بور شده باشه، که بلده خیدون شی تاثیر مونه.
- چالش های توره گفتو - یک چوشک می تینه توانایی طفل ره بلده ایجاد کیدون صدای واضح محدود کنه
- کرم خوردگی دندو - چوشک که د بین مواد شکر دار زیده شده باشه می تینه باعث کرم خوردون دندونا شونه.

بلده کسب مالومات زیادتر و حمایت

- قد پرستار صحی جامعه خو مشوره کید.
- پیش متخصص صحت دهان و دندون خو بورید.

بلده تماشای ویدیوهای کوتاه و دسترسی به دیگه مالوماتای مفید به ویسایت **Smiling Starts** مراجعه کید.



اگه کدم سوال دیرید به شماره
1800 939 666 تماس بیگرید.



سلب مسئولیت: ای نشریه بلده هدفای آموزش عمومی و مالوماتی است. بلده هر رقم توصیه مورد نیاز به یک کارشناس معتبر مراقبت صحی مراجعه کید.

ای سند ره می تنیم بلده کسایی که یک معیوبیت دیرن به یک شکل دیگه آماده کنیم.

Produced by the Early Childhood Dental Program
© State of Western Australia, Child and Adolescent Health Service 2024 Ref: 1744

Early Childhood Dental Program

**smiling
starts**