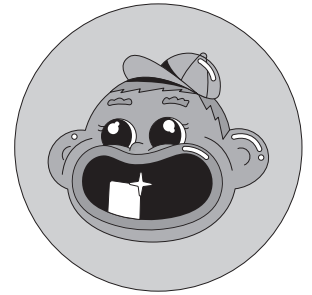




Menghisap ibu jari, jari dan puting



Menghisap ibu jari, jari atau puting adalah perilaku penenang yang biasa bagi kanak-kanak yang mereka akan tinggalkan apabila mereka membesar.

Menghisap ibu jari, jari atau puting selepas umur 4 tahun boleh membawa kepada:

- gigi tidak selari – gigi mungkin lari dari jajaran sepatutnya, menjejaskan kebolehan mereka menggigit
- kesukaran bercakap – puting boleh menghadkan kebolehan mereka membuat bunyi-bunyi yang diperlukan untuk bercakap dengan jelas
- kerosakan gigi – puting yang dicelup dalam manisan seperti madu boleh mengakibatkan gigi berlubang

Tip-tip untuk membantu menghentikan tabiat ini

- **Ambil masa** – menghentikan penggunaan puting secara tiba-tiba tidak digalakkan kerana ia mungkin mencetuskan tabiat menghisap yang lain.
- **Hadkan penggunaan puting** – Ambil puting tiruan dengan perlahan sewaktu tidur untuk membantu pembinaan tabiat tidur yang baik.
- **Raikan kejayaan** – puji atau berikan hadiah kepada anak anda apabila dia meninggalkan tabiat itu.
- **Alih perhatian dengan sesuatu yang menyeronokkan** – sibukkan tangan mereka dengan sarung tangan bayi yang tumbuh gigi, mainan, aktiviti dan buku-buku.

Menghentikan tabiat ini mungkin sukar tapi kesabaran anda berbaloi.



Untuk maklumat dan sokongan tambahan

- Berbincanglah dengan jururawat kesihatan komuniti anda.
- Jumpalah pengamal profesional kesihatan mulut.



Layari laman sesawang Smiling Starts bagi menonton video pendek dan mendapat maklumat sokongan.

Hubungi 1800 939 666 sekiranya anda ada sebarang pertanyaan.

Early Childhood Dental Program



Penafian: Penerbitan ini bertujuan untuk pendidikan dan maklumat. Hubungi penjaga kesihatan profesional yang bertauliah untuk mendapatkan nasihat perubatan yang diperlukan.

Dokumen ini boleh ditawarkan dalam bentuk-bentuk alternatif apabila diperlukan oleh golongan kurang upaya.

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

