



نکاتی برای دندان‌های کوچک

برای کودکان زیر 18 ماه

دندان‌های شیری مهم هستند زیرا:

- به کودکان کمک می‌کنند تا غذا بخورند و رشد کنند
- به کودکان کمک می‌کنند واضح صحبت کنند
- به فک و صورت فرم می‌دهند
- فضا را برای دندان‌های دائمی نگه می‌دارد
- به کودکان کمک می‌کند لبخند سالم و تصویر مثبتی از خود داشته باشند.

نکاتی برای مسواک زدن

- بعد از غذا به آرامی جلو و پشت هر دندان را با یک پارچه تمیز و مرطوب پاک کنید.
- از اولین باری که دندان‌های کودک‌تان ظاهر شد، از یک مسواک کوچک و نرم استفاده کنید.
- اگر علاقه مند هستند می‌توانید زودتر با مسواک شروع کنید اما مطمئن شوید که یک بزرگسال در مسواک زدن کمک می‌کند.

برای مشاهده ویدیوهای کوتاه و دسترسی به سایر اطلاعات مفید، از وب سایت [Smiling Starts](#) دیدن کنید.



اگر سوالی دارید با شماره 1800 939 666 تماس بگیرید.



سلب مسئولیت: این نشریه برای اهداف آموزشی و اطلاع رسانی عمومی است. برای هرگونه توصیه پزشکی مورد نیاز با یک متخصص مراقبت‌های بهداشتی واجد شرایط تماس بگیرید.

این سند را می‌توان در قالب‌های جایگزین در صورت درخواست برای افراد دارای معلولیت در دسترس قرار داد.