



# نصائح بشأن استخدام فرشاة الأسنان

للأطفال في المرحلة العمرية 0 – 5 سنوات

ابدأ في تنظيف أسنان طفلك فور ظهورها. استخدم قطعة قماش ناعمة أو قطعة شاش أو فرشاة أسنان ذات شعيرات ناعمة مخصصة لاستخدام الأطفال.

## نصائح بشأن اختيار فرشاة الأسنان

ابحث عن فرشاة أسنان:

- رأسها صغير
- شعيراتها ناعمة
- لها مقبض عريض يسهل مسكه.

كما أن فرشاة الأسنان الملونة تساعد في جعل تنظيف الأسنان ممتعاً.

## نصائح بشأن تنظيف الأسنان بالفرشاة

- قم بحركات دائرية لطيفة لتنظيف الأسنان واللثة.
- تأكد من وصول الفرشاة إلى جميع الأسنان الأمامية منها والخلفية.

تذكر أن تنظيف الأسنان كل صباح ومساء يعد أحد أسهل الطرق من أجل الحفاظ على صحة أسنان طفلك.



قم بزيارة الموقع الإلكتروني  
**Smiling Starts** للاطلاع على  
مقاطع مصورة قصيرة ومعلومات  
أخرى مفيدة.



إذا كانت لديك أي استفسارات، اتصل على رقم  
الهاتف: 1800 939 666.



إخلاء المسؤولية: هذه النشرة مخصصة لأغراض التوعية وتقديم المعلومات العامة. قم باستشارة أخصائي رعاية صحية مؤهل للحصول على أي نصيحة طبية تحتاجها.

يمكن أن يتم توفير هذه الوثيقة بصيغ بديلة عند الطلب، للأشخاص ذوي الإعاقة.