



သွားပွတ်တံအတွက် အကြံပြုချက်များ

အသက် ၀-၅ နှစ်အရွယ် ကလေးများအတွက်

သင့်ကလေး သွားပေါက်လာသည်နှင့် တပြိုင်နက် သွားများကို စတင်သန့်စင်ပေးပါ။ နူးညံ့သော အဝတ်၊ ပိတ်ကျဲ သို့မဟုတ် ကလေး သွားပွတ်တံ ပျော့ပျော့ကို အသုံးပြုပါ။

သွားပွတ်တံ ရွေးချယ်ရန် အကြံပြုချက်များ

အောက်ပါတို့ပါရှိသည့် သွားပွတ်တံကို ရှာပါ။

- ထိပ်သေးသေး
- အမွှေးတိုပျော့ပျော့
- ကိုင်ရလွယ်သော လက်ကိုင်ပြားပြား

သွားတိုက်ရန် စိတ်ဝင်စားစေရေးအတွက် ရောင်စုံ သွားပွတ်တံကလည်း ကူညီပေးပါသည်။

သွားတိုက်ရန် အကြံပြုချက်များ

- သွားနှင့် သွားဖုံးများ သန့်ရှင်းပေးရာတွင် ညင်သာစွာ စက်ဝိုင်းပုံ တိုက်ပေးပါ။
- သွားများအားလုံး ရှေ့ရော နောက်ပါ တိုက်ပေးပါ။

နံနက်တိုင်း ညတိုင်း သွားတိုက်ခြင်းက သင့်ကလေးသွားများကို ကျန်းမာသန့်စွမ်းစေရန် အတွက် အလွယ်ကူဆုံးနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်ကို သတိမူပါ။



Smiling Starts ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင် ဗီဒီယိုတိုများကို ကြည့်ရှုပြီး အခြားအသုံးဝင်သော ထုတ်ပြန်ချက်များကို ဖတ်ရှုပါ။

မေးမြန်းစရာများရှိပါက ၁၈၀၀ ၉၃၉ ၆၆၆ သို့ ဆက်သွယ်ပါ။

Early Childhood Dental Program

**smiling
starts**

တာဝန်မရှိကြောင်း ရှင်းလင်းချက်။ ဤထုတ်ဝေမှုသည် အခြေခံပညာပေးရေးနှင့် သတင်းထုတ်ပြန်ရေးအတွက် ဖြစ်ပါသည်။ လိုအပ်သော ကျန်းမာရေးအကြံဉာဏ်များအတွက် ကျွမ်းကျင် ကျန်းမာရေးပညာရှင်များအား ဆက်သွယ်ပါ။

မသန်စွမ်းသူများအတွက် ဤစာရွက်စာတမ်းကို အခြားပုံစံများဖြင့် တောင်းခံရရှိနိုင်ပါသည်။

Produced by the Early Childhood Dental Program
 © State of Western Australia, Child and Adolescent Health Service 2024 Ref: 1745

