



نکاتی درباره مسواک زدن

برای اطفال 0-5 ساله



به محض اینکه دندان های طفل تان بیرون آمد شروع به تمیز کردن آنها کنید. از یک پارچه نرم، گاز (تکه پانسمان) یا یک مسواک نرم اطفال استفاده کنید.

نکاتی برای انتخاب مسواک

به دنبال یک مسواک با این مشخصات باشید:

- سر کوچک
- موهای نرم
- یک دسته پهن برای آسان برای نگه داشتن
- اگر مسواک رنگارنگ باشد نیز مسواک زدن را سرگرم کننده می کند.

نکاتی برای مسواک زدن

- برای تمیز کردن دندان ها و لثه ها از حرکات دورانی ملایم استفاده کنید.
- مطمئن شوید که تمام دندان های جلو و عقب را مسواک میزنید.

به یاد داشته باشید که مسواک زدن هر صبح و شب یکی از ساده ترین روش ها برای سالم نگهداشتن دندان های طفل شما می باشد.

برای دیدن ویدیوهای کوتاه و دسترسی به معلومات مفید دیگر به وب سایت [Smiling Starts](#) مراجعه کنید.



در صورت داشتن هرگونه سوال با 1800 939 666 تماس بگیرید.



سلب مسئولیت: این نشریه برای مقاصد آموزش عمومی و معلوماتی است. برای هرگونه توصیه طبی مورد نیاز، با یک متخصص مراقبت های صبحی واجد شرایط تماس بگیرید.

این سند می تواند در قالب های دیگر برای افراد دارای معلولیت در صورت درخواست ارائه شود.