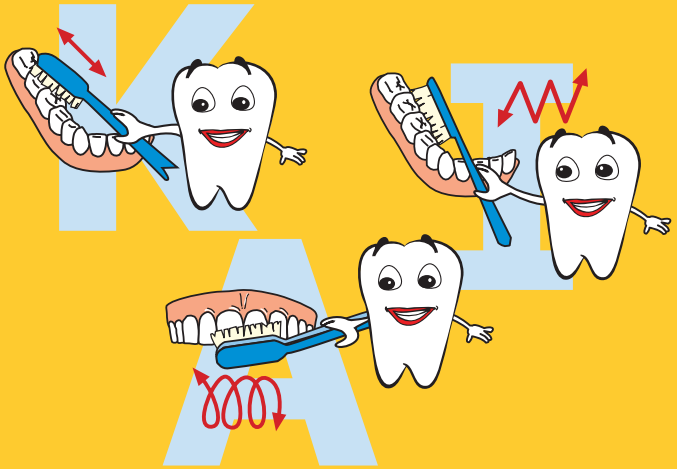
KITA MIT BISS

...و والدین
هم کمک میکنند



Landesarbeitsgemeinschaft Berlin zur Verhütung von Zahnerkrankungen (Gruppenprophylaxe) e.V.

Die Gruppenprophylaxe im Land Berlin wird durch die gleichberechtigten Mitglieder der Landesarbeitsgemeinschaft Berlin zur Verhütung von Zahnerkrankungen e.V. (LAG) gefördert. Dies sind die gesetzlichen Krankenkassenverbände, die Zahnärztekammer Berlin und das Land Berlin vertreten durch die für das Gesundheitswesen zuständige Senatsverwaltung und die zwölf Berliner Bezirksämter. Umgesetzt wird die Gruppenprophylaxe gleichermaßen von den Zahnärztlichen Diensten der Bezirke und den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen der LAG.

© Büro der zahnärztlichen Gruppenprophylaxe im Land Brandenburg

والدین عزیز

بچه شما در مهدکودک (Kita mit Biss) است. کارمندان انجا و کارمندان اشپز خانه سعی می کنند که بچه های شما با دندانهای سالم بزرگ شوند.
ما، دکترهای دندان در محل خدمت خود خواهشی از شما داریم مارا در این مسله در مهدکودک و در خانه پشتیبانی کنید.

تشکر می کنیم
دکترهای دندان در خدمت شما

دندان تمیز کردن

تمیز کردن دندانها از درامدن اولین دندان در خانه شروع می شود.
دندانهای بچه ها را تا ۲ سالگی یک بار در روز شبها قبل از خواب با خمیر دندان بچه تمیز کنید.
از ۲ سالگی به بعد داندانها را باید دوبار در روز تمیز کرد صبح ها و شب قبل از خواب خمیردندان با فلورید به اندازه یك نخود سبز روی مسواك گذاشته و تمیز کنید.
اول روی دندانها بعد جلوی دندانها و بعد پشت دندانها را خوب تمیز می کنید.

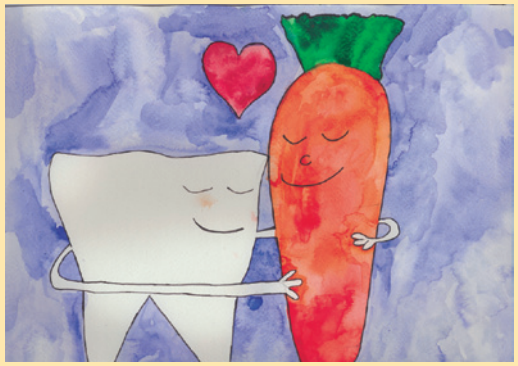
خواهش می کنیم در مسواك زدن بچه ها را تشویق کنید و به انها کمك کنید تا زمانی که بچه ها بتوانند نوشتن را یاد بگیرند.

شیشه شیر

مواظب باشید که بچه ها با شیشه شیر و یا پستونک به خواب نروند. هر چه زودتر شیشه شیر را با لیوان عوض کنید.
چا ی شیرین ، اب میوه و نوشیدنی ها ی ترش به دندانها شیری ضرر می رسانند.
برای رفع تشنگی قبل از خواب به بچه ها اب یا چای شیرین نشده بد هید و نصف شب به بچه ها نوشیدنی ندهید.

قبل از ظهر بدون شکر

سعی کنید در خانه هم قبل از ظهر یدون شکر داشته باشید و میوجات و سبزیجات را جا نشین شیرینی بکنید.
برای بچه ها خودتان صبحانه مهد کودك را اماده کنید.



صبحانه بدون شکر و میوه هایی برای جویدن

به بچه ها یتان شکلات و شیرینی ندهید که ان را به مهدکودك بیا ورند.
بعضی وقتها جشن تولد ها استثنا هستند.

مک زدن

سعی کنید از ۲ سالگی بچه ها را حمایت کنید تا عادت مک زدن را از دست بد هند تا دندانها صاف و راست در بیایند.
با دندانهای شیری سالم نه تنها بچه ها خنده زیبای را خواهند داشت، بلکه کمتر با پوسیدگی دندان مواجه می شوند.
دندان تمیز کردن و مراقبت از دندانها با عث می شود که در تمام طول زندگی دندانهای سالمی داشته با شیم.
همیشه با دکتر دندان خود مشورت کنید و بچه ها را هر ٦ ماه یکبار برای کنترل به دکتر دندان ببرید. سوال ها یتان را هم می توانید از دکتر دندان خود بپرسید.