

Den här informationen handlar om ditt barns första tänder.

Folktandvården vill ge dig några råd för att ditt barn ska behålla tänderna friska.

- När ditt barn får sin första tand är det dags att börja borsta tänderna med fluorid tandkräm. Tag bara lite tandkräm på borsten – som barnets lillfingernagel. Borsta på morgonen och på kvällen. Låt alltid barnet somna med rena tänder.
- Vänj ditt barn vid att dricka vatten. Söta drycker orsakar karies (hål i tänderna), ha därför bara vatten eller osockrad välling i nappflaskan.
- När ditt barn är ca 1 år är ni välkomna till ett kostnadsfritt första besök på Folktandvården. Vi hör av oss! Har du frågor redan nu är du välkommen att höra av dig.

Arabiska

يتناول هذا البروشور الأسنان الأولى لطفلك.

يود نظام رعاية الأسنان أن يقدم لك بعض النصائح كي تحافظي على صحة أسنان طفلك.

- عندما تبدأ أسنان طفلك الأولى بالظهور، يجب البدء بتنظيفها بالفرشاة ومعجون الأسنان الذي يحتوي على مادة الفلورين. ضعي قليلاً من المعجون على الفرشاة – كمية بقدر ظفر خنصر طفلك. نظّفي الأسنان في الصباح وفي المساء. دعي الطفل وأسنانه نظيفة دائماً.
- عليك أن تعوّدي طفلك على شرب الماء. إن المشروبات الحلوة تسبب التّخّر (ثقب في الأسنان)؛ لذلك لا تضعي في زجاجة الرضاعة سوى الماء أو العصيدة (välling) غير المحلاة.
- عندما يبلغ طفلك عامه الأول فإننا نرحب بكم لإجراء زيارة مجانية أولى لدى نظام رعاية الأسنان الشعبي. وسوف نتصل بكم! إذا كانت لديك تساؤلات منذ الآن فإننا نرحب باتصالك بنا.

Persiska

این بروشور در مورد اولین دندانهای فرزند شماست

درمانگاه دندانپزشکی همگانی مایل است برای سالم ماندن دندانهای فرزندتان بشما چند راهنمایی ارائه کند.

- وقتی اولین دندان فرزندتان درمی آید وقت آن است که مسواک کردن باخمیردندان دارای ماده فلورور را آغاز کنید. فقط کمی خمیردندان – به اندازه ناخن انگشت کوچک کودک – روی مسواک بگذارید. دندانهای کودک را صبح و شب مسواک بزنید. بگذارید کودک همیشه باندانهای تمیز بخوابد.
- کودک خود را به آشامیدن آب عادت دهید. نوشیدنی های شیرین کرم خوردگی (سوراخ دردندان) ایجاد می کنند، از اینرو در شیشه پستاندار کودک آب یا فرنی (välling) بدون قند بریزید.
- وقتی کودک به سن تقریباً یک سالگی برسد برای یک ملاقات رایگان در درمانگاه دندانپزشکی همگانی بشما خوش آمد می گوئیم. ما وقت ملاقات را اطلاع می دهیم! اگر هم اکنون سوالی دارید باکمال میل می توانید باما تماس بگیرید.

Sorani

ئەم نامیلکەیه باس لە یەکەمین ددانەکانی منداڵەکەت دەکات

چاودێری تەندروستی میلی ددان دەخوایێت بۆ ساغراگرتنی ددانەکانی منداڵەکەت هەندیکت ئامۆژگاریت پێیدات .

- کاتیکی منداڵەکەت یەکەمین ددانی دیت، ئیدی کاتی ئەو دیت دەست بە شتتی ددانی بکەیت بە فلچە و مەعجومی فلوردار ددان. کەمیک لە مەعجومکە لە سەر فلچەکە دابنێ. بە ئەندازەی پەنجەتوتەهی منداڵەکە.
- بەیانێان و شەوان ددانەکانی بە فلچە بشۆ. با منداڵەکە هەمیشە بە ددانی خاوینەو بە بنوێت.
- منداڵەکەت بە ئاوخواردنەو رابەینە. خواردنەوێ شیرین دەبێتە هۆی کۆر بوونی ددان (کون بوونی ددان)، بۆیە وا باشە تەنیا ئاو یا قیلینێ بێشەکر لە مەمکەشوو شەکەیدابنێت.
- کاتیکی تەمەنی منداڵەکەت دەبێت بە نزیکەی 1 سال، بەخێر هاتنتان لێدەکەین بۆ یەکەم سەردانی خۆرای لای چاودێری تەندروستی میلی ددان. ئێمە پەيوەندیتان پێو دەکەین! گەر ئێستا پرسبارت هەیه تکایه پەيوەندیمان پێوه بکە.