

الأسنان اللبنية مهمة! Baby Teeth are Important!

يعتبر تسوس الأسنان مشكلة خطيرة ويمكن أن تسبب ضرراً في الأسنان اللبنية للطفل. ويعتبر من الأمراض الأكثر شيوعاً لدى الأطفال في بداية عمرهم. يمكن أن يبدأ تسوس الأسنان حال ظهور الأسنان وقد يسبب الألم والالتهاب. ويعتبر السبب الرئيسي في عمليات الجراحة التي يحصل عليها الأطفال. كل طفل معرض لخطر تسوس الأسنان ولكن يمكن الوقاية منها.

يحتاج الطفل إلى الأسنان اللبنية الصحية لكي:

- يمضغ ويتناول الطعام
- ينمو ويتطور
- يتكلم جيداً
- ينام نوماً هنيئاً
- يبتسم ويشعر بالرضا عن مظهره
- يحصل على أسنان (دائمة) صحية عندما يكبر

إستخدمي هذا الدليل لكي تفحصي الجهة الأمامية والخلفية والعليا لجميع الأسنان عادة عندما تقومين بتنظيفها بفرشاة الأسنان

أسنان صحية للطفل

الأسنان نظيفة ولون اللثة وردي.
يرجى الإطلاع على الجهة الخلفية لهذه الصفحة للحصول على معلومات عن كيفية حدوث تسوس الأسنان.



تسوس الأسنان المبكر

وجود خطوط بيضاء على الأسنان قرب اللثة
يمكن أن تكون علامة على بدء تسوس الأسنان.
يرجى الإطلاع على الجهة الخلفية لهذه الصفحة للحصول على معلومات عن كيفية الوقاية من تسوس الأسنان.



تسوس الأسنان

يظهر تسوس الأسنان على هيئة بقع باللون الأصفر أو البني أو الأسود.
قد لا يتمكن الأطفال من أن يقولوا بأنهم يشعرون بألم في الأسنان.



لا تسقط بعض الأسنان اللبنية لحين بلوغ الطفل سن 12 من العمر. يمكن أن ينتقل تسوس الأسنان من الأسنان اللبنية إلى أسنان الشخص البالغ.



لا يتمتع الأطفال بصحة جيّدة عندما يعانون من تسوس الأسنان.
إذا كنت تظنين بأن طفلك يمر بأية مرحلة من مراحل تسوس الأسنان،
بادري فوراً بمراجعة أخصائي الأسنان.

لإيجاد طبيب أسنان، بادري بزيارة: www.bcdental.org

يحتاج تسوس الأسنان إلى 4 أشياء وهي: الأسنان والبكتيريا (الجرثيم) والسكر (من الطعام والمشروبات) والوقت.

كيف يمكنك الوقاية من تسوس الأسنان؟	كيف يحدث تسوس الأسنان؟
<ul style="list-style-type: none"> يحتاج جميع أفراد الأسرة إلى عناية يومية مستمرة بالفم وفحوصات الأسنان للوقاية من إنتقال البكتيريا إلى الطفل الصغير. 	<ul style="list-style-type: none"> لا توجد البكتيريا التي تسبب تسوس الأسنان في الأطفال عند الولادة. يمكن أن تنتقل البكتيريا من شخص إلى آخر.
<ul style="list-style-type: none"> حالما تظهر الأسنان، بادري بتنظيف جميع أسطح الأسنان بالفرشاة مرتين في اليوم باستخدام فرشاة ناعمة. بادري بالتنظيف من خلال إستخدام فرشاة الأسنان بعد وضع كمية من معجون الأسنان الذي يحتوي على الفلوريد بحجم حبة الأرز لكي تحافظي على قوة طبقة مينا الأسنان والمساعدة على التخلص من تسوس الأسنان المبكر. لمشاهدة فيديو عن كيفية إستخدام فرشاة الأسنان، يرجى زيارة: www.vch.ca/dental-health-children "تنظيف الأسنان بالفرشاة للأطفال من سن 3 أو أقل - طريقة من الركبة إلى الركبة". 	<ul style="list-style-type: none"> إذا لم يتم تنظيف الأسنان بالفرشاة بانتظام، يتم ترك البكتيريا على الأسنان لمدة طويلة. تستخدم البكتيريا المواد السكرية والنشوية (من الأغذية والمشروبات) لصنع حامض معتدل يسبب في حدوث أضرار في الأسنان. بمرور الزمن يتحول هذا الضرر إلى التسوس.
<ul style="list-style-type: none"> إبدئي في تقديم المشروبات في كوب مفتوح عندما يبلغ الطفل الشهر السادس من العمر. وبعد مرور 12 شهر على ولادته، قدمي له جميع المشروبات في كوب. حددي أوقات وجبات الطعام الرئيسية والوجبات الخفيفة. قللي من الأطعمة اللازجة والسكرية والمشروبات المحلاة. إعطي الماء عندما يشعر الطفل بالعطش بين وجبات الطعام الرئيسية والوجبات الخفيفة. راجعي نشرة "وداعاً لقنينة الطفل" للحصول على إرشادات عن كيفية التوقف عن إستخدام القنينة بعد الشهر 12: http://vch.eduhealth.ca. 	<ul style="list-style-type: none"> بعد ظهور الأسنان في الفم، قد يؤدي الإستخدام المستمر للقنينة التي تحتوي على أشياء غير الماء في الفراش أو أثناء الليل إلى تسوس الأسنان. تناول المشروبات عدا الماء وتناول الوجبات الخفيفة طوال اليوم قد يسبب تسوس الأسنان.

لمزيد من المعلومات، بادري بزيارة: www.vch.ca.

تحت فقرة "صحتك" انقر على "الأطفال الرضع". إنتقلي إلى أسفل الصفحة وأنقري على فقرة "صحة الأسنان".

هل لديك معلومات عن التأمين الحكومي لأسنان الأطفال؟

يحق لأطفال العائلات التي تحصل على راتب الإعانة المالية أو إعانة رسوم خطة الخدمات الطبية (MSP) الحصول على عناية بسيطة للأسنان من خلال برنامج الأطفال الصحيين (Healthy Kids) في بريتش كولومبيا. لمزيد من المعلومات، إتصلي هاتفياً على الرقم 1-866-866-0800 أو بادري بزيارة: www.sdsi.gov.bc.ca/publicat/bcea/HealthyKids.htm

خذي طفلك لمراجعة طبيب الأسنان بحلول عيد ميلاده الأول.



سيقوم طبيب الأسنان بفحص أسنان الطفل ويقدم الدعم لتنظيف أسنانه بالفرشاة ويضع عليها طبقة من الفلوريد.

إعتني جيداً بأسنانك أيضاً!

توجد المزيد من صفحات الوقائع عن تربية طفلك في مكتب أو مركز الصحة المحلي أو في شبكة الإنترنت على الرابط التالي: <http://vch.eduhealth.ca>

لمزيد من المعلومات:

- هيلث لينك بي سي (HealthLink BC) - إتصلي على رقم الهاتف 811. خدمات الترجمة متوفرة بـ 130 لغة. www.healthlinkbc.ca
- أو برنامج صحة الأسنان العامة أو ممرضة الصحة العامة في صحة ساحل فانكوفر. www.vch.ca
- موقع تربية الأطفال التابع لصحة ساحل فانكوفر - <http://parenting.vch.ca>

للحصول على مزيد من النسخ، بادري بزيارة <http://vch.eduhealth.ca> أو إرسلي إلينا رسالة بالبريد الإلكتروني إلى phem@vch.ca وأذكرني الكاتالوج رقم FJ.100.5.E27.AR
© حقوق الطبع محفوظة لمديرية صحة ساحل فانكوفر، سبتمبر/أيلول 2016

المعلومات الموجودة في هذه الوثيقة خاصة فقط للشخص الذي إستلمها من فريق الرعاية الصحية.
www.vch.ca