

**Ребенок ползункового возраста –
Безопасность на первом месте!**

**Предотвращайте падения и
повреждения зубов:**

- Ворота безопасности на лестнице.
- ПОСТОЯННО используйте детские сиденья в машине.
- Одевайте шлем ребенку, когда он ездит на велосипеде.
- В магазинных тележках пристегивайте его ремнями.
 - ✓ Никогда не оставляйте детей без присмотра.

**Защитите начинающего ходить ребенка
от травм:**

- Уберите мебель с острыми краями.
- Всегда будьте готовы поддержать малыша.

**Во время прорезывания зубов ребенок
будет брать в рот все что ему
попедется под руку:**

- Уберите мелкого размера игрушки или части от игр, которые легко проглотить
- На дверцах и ящиках шкафов поставьте предохранительные замки
- Все химикаты и отравляющие вещества храните в хорошо закрытом месте, подальше от досягаемости ребенка и вне поля его зрения.



**Источники для стоматологического
обслуживания для детей
ползункового возраста и старше**

ЗВОНИТЕ 2-1-1

**Отдел Здравоохранения в округе
Снохомиш (Snohomish)
www.snohd.org
425-339-5219 (записанный список)**

**Дополнительные источники
www.parenthelp123.org
Возможность по интернету
получить медицинское и зубное
страхование**

Snohomish Health District
Healthy Communities and Assessment
Oral Health Program
3020 Rucker Avenue, Ste 206
Everett, WA 98201-3900
425.339.5219

PUBLIC HEALTH
always working for a safer & healthier
SNOHOMISH COUNTY

Oral Health__Age_one_to_two_years_Russian_30_06_2014_pac

**здоровье ротовой
полости ребенка
в возрасте от 1 года
до 2 лет**



**Что родителям
необходимо знать**

 **SNOHOMISH
HEALTH DISTRICT**
WWW.SNOHD.ORG



Первый зуб. Первый день рождения. Первый визит к стоматологу

Назначьте визит к стоматологу!

Даже если педиатр осмотрел зубы вашего малыша, сходите к стоматологу, чтобы:

- Узнать как рустут зубы малыша.
- Обнаружить есть ли дырочки, прежде чем вы сами сможете их увидеть.
- Предотвратить появление кариеса.
- Остановить рост уже появившегося кариеса без пломбирования зубов.
- Лечить дырочки, если в этом есть необходимость.
- Получить ответы на все ваши вопросы.

Не ждите пока они начнут болеть!



Практика кормления

Предлагайте ребенку три больших питания и два полдника в день (никакого постоянного жевания!)

- Предлагайте еду, молока, сок, если ребенок сидит в детском стульчике или за столом. Не разрешайте ему есть или пить во время игр.
- Разрешайте ему самому кушать.
- Предлагайте малышу еду, которую он сможет брать руками.
- Предложите ему ложку для еды, если он еще не схватил вашу.

Пользуемся чашкой

Так как ребенок ест больше еды, то он пьет все меньше молока.

Использование чашки помогает:

- Предотвратить кариес.
- Предотвратить инфекцию в ушах.
- Предотвратить низкий уровень железа.
- Уменьшить шанс на приобретение избыточного веса у ребенка.
- Начать отымание от груди.
✓ Никаких больше бытылок в возрасте 1 года 2 месяцев!



Соска и сосание большого пальца

- Сосание соски действует очень успокаивающе на многих детей.
- Не предлагайте больше соски или не разрешайте сосать большой палец
 - ✓ По достижении ребенком 2-х летнего возраста. Проконсультируйтесь с врачом или стоматологом как правильно отучить от этого.

Чистим зубы вашему ребенку

- Каждый день, утром и вечером, протирайте десна и прорезанные зубы у малыша мягкой влажной тканью.
- Как только зубы прорезаются чуть больше, то чистите их мягкой зубной щеткой без зубной пасты.
- Ребенку понадобится ваша помощь в том, чтобы чистить зубы, пока он не достигнет 7-8 летнего возраста.

Фторосодержащие препараты

Проконсультируйтесь с доктором или стоматологом нужно ли вашему ребенку:

- Фторосодержащая зубная паста
- Фторосодержащие добавки, если в питьевой воде отсутствует содержание фтора