

مص اللهاية واصبع الابهام

تساعد اللهاية على تهدئة الاطفال الحديثي الولادة والبكاء اقل خاصة في السنة الاولى.

اسال المختص حول استعمال اللهاية عند بدء الرضاعة الطبيعية.

قم باخفاء اللهاية عندما لا يستعملها الطفل الحديث الولادة.

تنظيف اسنان طفلك

امسح اسنان طفلك الجديدة ولثته يوميا بقطعة قماش لينة صباحا و ليلا.

عند بدء نمو الاسنان نظف الاسنان بفرشة اسنان ناعمة بدون معجون اسنان.

الاطفال يحتاجون مساعدتك لتنظيف الاسنان حتى عمر 7 او 8 سنين.

الفلوريد

اسال الطبيب او طبيب الاسنان اذا كان طفلك يحتاج الى:

معجون الاسنان بالفلوريد

مكملات الفلوريد اذا لم يكن هناك فلوريد في ماء الشرب



مصادر صحة الاسنان للاطفال الصغار والاطفال الحديثي الولادة

اتصل ب211

دائرة صحة سنو هامش

www.snohd.org

القائمة المسجلة 425-339-5219

www.parenthelp123.org

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

Produced in conjunction with

Public Health
Seattle & King County



Oral Health __ Age_six_months_to_one_year_Arabic_30_06_2014_pac

صحة الفم من عمر سنة اشهر الى سنة



ماذا يريد الابوين ان يعرفوا

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

• بدأ الاسنان اللبنية بالظهور لعمر 6 الى 8 اشهر!

• تظهر الاسنان اللبنية بعمر ثلاث سنوات.



تماما وقت ظهور الاسنان اللبنية مختلف بالنسبة لكل طفل

احجز موعد الاسنان الاول!

• يحتاج الاطفال الحديثي الولادة والاطفال الصغار الى الفحص!

• السن الاول. السنة الاولى. الزيارة الاولى.

• تسوس السن يبدأ بصورة مبكرة عندما تظهر الاسنان الاولى!

احمي اسنان طفلك

• تبدأ الاسنان اللبنية بالظهور لعمر 6 الى 8 اشهر!

• تظهر الاسنان اللبنية بعمر ثلاث سنوات.



التغذية

استمر بالرضاعة الطبيعية لاطول فترة ممكنة.

عندما تختار الرضاعة الاصطناعية:

• احمل طفلك مع كل رضاعة بالقنينة

• لاتدع الاطفال ياخذون القنينة او القدح عندما يزحفون او يلبعون.

• فقط ضع حليب للام او الحليب الاصطناعي او الماء في القناني (لايسمح بالعصير حتى اذا كان مخفف).

ابدا بتقديم الاغذية الصلبة بعمر 6 اشهر

اسال طبيبك الختص اذا كان طفلك جاهزا.

النمو- الطفل يستعمل القدح

• قدم القدح عندما يستطيع الطفل الجلوس لوحده تقريبا بعمر 6 اشهر.

• اعطي الاغذية والمشروبات الى الاطفال الاكبر عمرا والذين يجلسون في الكراسي العالية او المنضدة.

• استعمل القدح بدون الخطاء اذا كان ممكنا.

• استعمل قدح المص والذي يصب بحرية عندما تكون الحاجة الى الغطاء.

• عندما يبدأ الاطفال ياكلون الموكولات اكثر سوف

يقللون من شرب الحليب الاصطناعي او حليب الام

وهذه هي بداية الفطام.

ظهور الاسنان

• اعطي الاطفال اشياء ليمضغوا عليها:

حلقات ظهور الاسنان

قطعة قماش باردة استعمل الابهام لفرك اللثة.

سوف تخرج السوائل اكثر وسوف يعضغ وينزعج الاطفال عند ظهور الاسنان.

• لان الاطفال يرغبون ان يعضغوا على الاشياء عند ظهور الاسنان ابحت عن الاشياء التي تؤدي الى الاختناق.

• جل التخدير ممكن ان يؤدي الى الاختناق.

نادرا مايستمر خروج سوائل ظهور الاسنان اكثر من يومين الى ثلاثة.

• اذا كان طفلك بحالة سيئة استعمل التايلونول او

الموترن واستشر طبيبك او الصيدلاني على الكمية الصحيحة.

• سوائل ظهور الاسنان تختلف لكل طفل

قسم من الاطفال ينزعج لكل سن والقسم الاخر لاينزعجون.

• لايصاحب نمو الاسنان حرارة او اسهال.

