



KESIHATAN GIGI

BAGAIMANA CARA SAYA MENJAGA KESIHATAN GIGI ANAK SAYA?



Penjagaan mulut yang baik bermula sebelum gigi pertama bayi.

Bayi dilahirkan dengan semua gigi mereka. Anda tidak dapat melihatnya kerana ia terselindung di dalam gusi. Gigi bayi mula menembus gusi sekitar 6 bulan. Tetapi memulakan penjagaan mulut yang baik sebelum gigi pertama muncul adalah penting. Gigi yang sihat adalah hasil dari gusi yang sihat.

Kanak-kanak mempunyai semua gigi bayi mereka pada usia 3 tahun. Ini digelar gigi **susu**. Gigi bayi mula gugur sekitar usia 6 tahun, apabila gigi **kekal**, atau dewasa, mula tumbuh. Jurang di antara gigi bayi adalah normal. Ia memberi ruang untuk gigi kekal. Kebanyakan gigi kekal sudah tumbuh pada usia 13 tahun.

Kereputan Gigi kerana Botol Susu merupakan suatu masalah yang serius.

Kereputan Gigi kerana Botol Susu boleh terjadi jika bayi meminum susu, susu formula, atau jus daripada botol susu untuk tempoh masa yang lama.

Untuk mengelaknya:

- Alihkan botol susu selepas bayi anda habis minum.
- Jangan tidurkan bayi anda dengan botol susu.



Berikut adalah beberapa petua untuk mengekalkan gigi kanak-kanak sihat dan kuat

0-2 tahun

- Bersihkan gusi dengan tuala muka selepas memberi susu. Ini akan membantu membuang lapisan melekit yang dipanggil plak yang boleh menyebabkan kereputan gigi.
- Berus gigi dua kali sehari menggunakan air dan berus gigi yang berbulu lembut.
- Aturkan temujanji rawatan pergigian yang pertama sebelum hari lahir yang pertama.



3-5 tahun

- Mula gunakan ubat gigi berfluorida pada usia 3 tahun. Guna hanya jumlah sebesar biji kacang. Pastikan anak anda meludahkannya selepas memberus.
- Cuba hentikan tabiat menghisap ibu jari dan puting pada usia 4 tahun.
- Mula berjumpa pakar pergigian anda setiap 6 bulan.



Berikut adalah beberapa petua

- Galakkan anak remaja yang memakai pendakap untuk memberus dan memflos dengan teliti.
- Rupa gigi selepas pendakap ditanggalkan bergantung kepada cara ia diperlakukan semasa pendakap dipasang.
- Cadangkan supaya anak remaja membawa berus gigi, ubat gigi, dan flos dalam tas tangan atau beg gim mereka untuk kegunaan pada waktu siang.



Untuk Bayi



6-9 tahun

- Mula memflos sebaik sahaja gigi bersentuhan.
- Beritahu anak anda bahawa adalah normal bagi gigi bayi gugur. Itulah caranya gigi "orang dewasa" tumbuh.
- Ibu bapa harus membantu anak mereka memberus dan memflos dua kali sehari sehingga kanak-kanak mampu mengamalkan tabiat penjagaan mulut yang betul dengan sendiri.
- Sentiasa tumpukan perhatian yang lebih kepada gigi belakang, yang mungkin mempunyai lebih banyak plak.



10-12 tahun

- Minta kanak-kanak yang bersukan untuk memakai pelindung mulut untuk melindungi senyuman mereka.



13+ tahun

Ibu bapa boleh memanfaatkan sepenuhnya minat anak remaja mereka terhadap penampilan diri mereka dengan mengingatkan mereka bahawa senyuman yang sihat dan nafas yang segar akan menjadikan mereka kelihatan dan merasa hebat.

Untuk mendapat lebih banyak petua penjagaan mulut bagi kanak-kanak, bincanglah dengan pakar pergigian anda atau kunjungi oralb.com.



Petua ringkas untuk penjagaan mulut yang lebih baik bagi kanak-kanak

- Mula amalkan penjagaan mulut yang baik walau sebelum gigi yang pertama muncul. Gigi yang sihat adalah hasil dari gusi yang sihat.
- Ibu bapa harus mengatur temujanji rawatan pergigian yang pertama bagi anak mereka sebelum hari lahir yang pertama dan setiap 6 bulan selepas usia 3 tahun.
- Adalah penting bahawa kanak-kanak memberus dua kali sehari menggunakan ubat gigi berfluorida dan mula memflos sebaik sahaja dua batang gigi bersentuhan.
- Kanak-kanak harus menghadkan makanan dan minuman yang bergula dan melekit untuk melindungi daripada kereputan gigi.