

Ребенок от 2 до 3 лет- Безопасность превыше всего

В период пока ребенок учится ходить, падения и удары могут повредить новым зубам.

Предотвращайте падения и повреждение 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 ребенка

Несчастные случаи происходят

- У вас должен быть стоматолог, к которому можно позвонить или посетить



Источники стоматологического обслуживания

для детей 2-3 лет

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_Two_to_Three_Years_Russian_30_06_2014_pac

Здоровье ротовой полости ребенка возрасте от 2 до 3 лет



Что родителям
необходимо знать

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

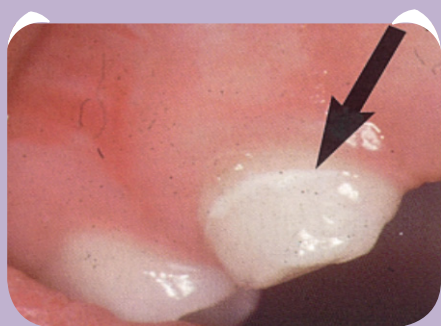


Ребенок от 2-до 3 лет

К трем годам у большинства детей уже будет полный набор первых зубов. Детские молочные зубы полностью выпадут только к 10-12 годам.

Здоровые молочные зубы = здоровые зубы во взрослом возрасте

У некоторых детей уже могут появиться дырочки в зубах.



Раннее наличие кариеса

Сделайте осмотр зубов своего ребенка.

- Поднимите губу
- Если вы увидите пятна вдоль линии десен назначайте визит к стоматологу

Практика кормления

- Пьет молоко из бутылки в 1 год и 2 месяца?
 - ✓ Проконсультируйтесь со специалистом как правильно отучить от бутылки.
- Кормите грудью до 2 лет?
 - ✓ Частое употребление еды и питья может привести к кариесу.

Растем, питаемся все вместе

- Питаемся всей семьей вместе.
 - ✓ За любую еду или полдник садимся всей семьей вместе.
- Позвольте ребенку положить себе самому еду и есть самостоятельно.
- Предлагайте разнообразие в питании.
- Предложите ребенку еду, которую он сможет брать руками.
- Не разрешайте ему постоянно что-то жевать. Питайтесь 3 раза в день, а также кушайте 2 легких полдника в течение дня.
- Предлагайте легкий полдник, состоящий из разнообразной группы продуктов:
 - ✓ Разнообразная каша с молоком
 - ✓ Гренка с арахисовым маслом
 - ✓ Сыр и печенье



Соска и сосание большого пальца

- Держите соску в таком месте, чтобы ребенок ее не видел, когда он ею не пользуется
 - ✓ Проконсультируйтесь со стоматологом о том, как к 4 годам отучить ребенка от соски.

Чистим зубы ребенка

- Вы сами чистите зубы ребенка пока ему не исполнится 7-8 лет.
- Дети сами недостаточно хорошо чистят зубы
- Разрешайте ребенку также и самостоятельно чистить зубы с того момента, когда он захочет держать зубную щетку.
- На щетку ложите количество фторосодержащей пасты размером не больше горошины начиная с 2-летнего возраста вашего ребенка.

Проконсультируйтесь со стоматологом насчет:

- Насколько ребенку угрожает кариес
- Если кариес начинается, то:
 - ✓ Давайте фторосодержащие добавки, если в питьевой воде не достаточное содержание фтора.
 - ✓ Либо пройдите лечение по увеличению фтора.