



BẢO VỆ EM BÉ KHỎI BỊ SÂU RĂNG

- Đi khám nha sĩ thường xuyên.
- Cho bú sữa mẹ 6 tháng hoặc lâu hơn.
- Nếu răng người mẹ dễ bị sâu, xin hỏi về:
 - ✓ Thuốc súc miệng Chlorhexidine
 - ✓ Nhai kẹo cao su có chất xylitol 3-5
 - ✓ lằn trong ngày.
- Bắt đầu đánh răng cho em bé khi vừa có răng mọc.
- Mang em bé đi khám nha sĩ khi bé được 1 tuổi hoặc đã mọc cái răng đầu tiên.

30_

Những nguồn tài liệu về Chăm Sóc Nha Khoa

- **Goi 211**
- **Khu Y Tế quận Snohomish**
www.snohd.org
425-339-5219 (danh sách thu âm)
Danh sách các nha sĩ đang nhận Medicaid hoặc cung cấp dịch vụ nha khoa bất giá
- **WithinReach**
www.parenthelp123.org
Xin viếng thăm thông tin trên mạng về các tài liệu sức khỏe và điều kiện xin bảo hiểm y tế/ nha khoa.

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

Xuất bản với sự cộng tác của
Sở Y Tế Công Công
Seattle & Quận King

Public Health
Seattle & King County 

Oral Health_and_Pregnant_Women_Vietnamese_30_06_2014_pac

NHỮNG GÌ ĐÀN BÀ MANG



**Sức Khỏe Răng Miệng
Của Trẻ Em
Bắt Đầu Từ Người Mẹ**

**KHU Y TẾ
QUẬN SNOHOMISH**

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



LÀM RĂNG, BẤT CỨ LÚC NÀO TRONG KHI MANG THAI, ĐỀU AN TOÀN CẢ !

Người Mẹ Khỏe = Em Bé Khỏe

- Trong lúc mang thai, lợi răng dễ bị sưng và chảy máu là dấu hiệu sức khỏe răng miệng kém.
- Vi trùng gây ra sâu răng chuyển từ người mẹ qua em bé mới sinh.
- Trẻ em có thể bị sâu răng sớm hơn và nhanh hơn khi người mẹ có răng sâu.

LẤY HẸN KHÁM RĂNG SỚM !

Bảo hiểm Medicaid sẽ bao trả việc khám răng trong thời gian mang thai và 2 tháng sau khi sanh con.

- Quang tuyến X và chữa trị răng bất cứ lúc nào trong thời gian mang thai là AN TOÀN.
- Rửa răng sạch làm tốt thêm sức khỏe răng miệng và có thể giảm cơ hội bị sanh non.
- Ngồi ghé phòng răng để làm răng sạch hay trám răng thường dễ hơn vào tam cá nguyệt thứ hai.
- Trì hoãn chữa trị răng có thể gây ra những vấn đề sức khỏe trầm trọng cho người mẹ và em bé.



THƯỜNG BỊ NÔN HOẶC ÓI MỮA ?

- Nên ăn nhiều lần trong ngày, mỗi lần một phần nhỏ những thức ăn đầy đủ chất bổ dưỡng.
- Nhai kẹo cao su không đường hoặc có chất xylitol sau bữa ăn.
- Sau khi ói, để bảo vệ răng từ axit xít bao tử, hãy súc miệng với 1 cốc nước pha 1 muỗng nhỏ bột baking soda.
- Đánh răng nhẹ tay với kem đánh răng có chất fluoride để khỏi bị hư răng vì ói mửa nhiều lần.