

صحة الفم في الرعاية الشاملة لفح الشفة والحنك الأطفال من عمر 12 إلى 18 عامًا

ما الذي يسبب تسوس الأسنان؟

وإذا وصل التسوس إلى المينا،
يمكن أن تتشكل فجوة تعرف
باسم التجويف



يتسبب الحمض في تحلل
المينا التي تغطي الأسنان



تحول البكتيريا السكريات
الموجودة في الطعام والشراب
إلى حمض



يغطي أسنانك غشاء لزج
من البكتيريا يسمى
لويحة سنية



لماذا يجب تنظيف أسنانك بالفرشاة؟

يضمن تنظيف أسنانك بالفرشاة لمدة دقيقتين مرتين يوميًا:

- ✓ نظافة أسنانك وصحتها
- ✓ خروج نفس منعش
- ✓ التمتع بابتسامة متألقة!



ما هو الضرر من تسوس الأسنان؟
يمكن أن يتسبب تسوس الأسنان في...
وجود البقع على أسنانك

حساسية الأسنان من
الأطعمة والمشروبات
الساخنة والباردة

هذا ما يمكن أن يبدو عليه تسوس
الأسنان!



تأكد من تنظيف أسنانك بالفرشاة
مرتين يوميًا للحفاظ على صحتها!

حشوات
سائبة

آلم الأسنان

رائحة الفم
الكريهة

ما الذي يسبب مرض اللثة؟



يحدث مرض اللثة بسبب تراكم
اللويحة السنية



تعتبر بعض البكتيريا في
اللويحة السنية جيدة،
ولكن البعض الآخر سبب
للثة!



إذا لم تنظف أسنانك بالفرشاة
وتتخلص من اللويحة السنية،
فقد تصبح اللثة حمراء
ومتورمة ويمكن أن تنزف!

الآن، ماذا عن الندبة؟

الندبة هي الطريقة الطبيعية لشفاء الجلد بعد الجراحة، ولكنك تحتاج إلى العناية بها للحفاظ على حالتها وسلامتها. إليك بعض النصائح:

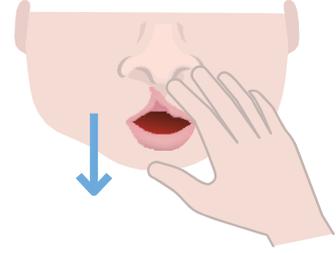
3. والأهم من ذلك، كُن فخورًا بها! فهي تجعلك مميزًا



2. استخدم واقي شمس على ندبتك دائمًا

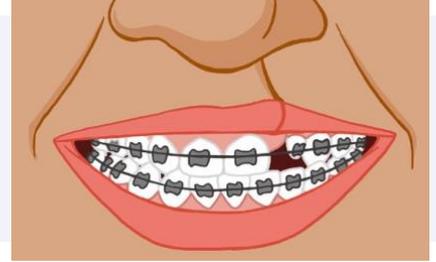


1. ذلك ندبتك من الأنف إلى الشفة ثلاث مرات يوميًا لمدة 10 دقائق



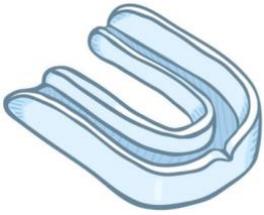
نصائح حول علاج تقويم الأسنان

- يحتاج التنظيف حول دعامات الأسنان إلى عناية خاصة
- نظف بين الأسنان، وأسفل سندات الأسنان والأسلاك
- تجنب تناول الأطعمة الصلبة واللزجة والتي تحتاج لكثير من المضغ حيث قد تتسبب في كسر الدعامة



نصائح إضافية

- ارتد واقي الفم عند ممارسة الرياضة (حتى في وجود دعامة)
- إذا كنت ترتدي طقم أسنان، تذكر خلعه قبل الذهاب للنوم كل ليلة
- لا تبدأ التدخين وتجنب شرب الكحول



تم إعداد هذا المحتوى بواسطة فريق مهام صحة الفم في الرعاية الشاملة لفتح الشفة والحنك:
ب. موسي، موتهو ام اس، هـ. زو، م. كامبودونيكو، ل. أورينوغا مع تقديم الشكر لمبادرة "Toothy Tigers".
أعد بالشراكة مع الاتحاد العالمي لطب الأسنان (FDI) ومنظمة Smile Train بدعم من شركة جلاكسو سميث كلاين (GSK).