

SỨC KHỎE RĂNG MIỆNG TRONG CHĂM SÓC KHE HỖ TOÀN DIỆN

☑️ Vén môi và kiểm tra bên trong mỗi tháng một lần

Các bước đầu tiên khi kiểm tra sức khỏe răng miệng của trẻ:

1. Rửa tay hoặc đeo găng tay dùng một lần.
2. Đặt đầu của trẻ lên đùi bạn, ngồi đối diện nhau hoặc cho trẻ nằm xuống ghế hoặc giường.
3. Vén môi lên và kiểm tra răng và nướu của trẻ. Bạn nhìn thấy gì?

Răng của trẻ nên như thế nào?

- Sạch sẽ
- Bề mặt không bị gãy vỡ
- Nướu phải chắc và không đỏ, không đau hoặc sưng.



Nếu trẻ bị sâu răng, bạn có thể thấy:



1 | Vết trắng hoặc vạch trắng trên răng.

Đây là dấu hiệu của sâu răng ban đầu và bạn cần đưa trẻ đến gặp chuyên gia sức khỏe răng miệng.

2 | Vết nâu hoặc lỗ sâu.

Đây là dấu hiệu sâu răng và bạn cần đưa trẻ đến gặp chuyên gia răng miệng ngay lập tức.

3 | Sâu răng nặng hoặc răng bị gãy.

Đây là tình trạng sâu răng nghiêm trọng và có thể gây đau cho trẻ. Bạn cần đưa trẻ đến gặp chuyên gia răng miệng ngay lập tức.



Ngoài ra, bạn có thể thấy gì nếu trẻ có vấn đề về sức khỏe răng miệng?



- Thay đổi màu sắc bề mặt răng, như vết trắng hoặc nâu
- Lỗ sâu
- Răng bị gãy
- Nướu bị sưng hoặc chảy máu
- Mảng bám răng

Làm thế nào để phòng ngừa bệnh răng miệng?

- Vén môi lên để kiểm tra dấu hiệu sớm của sâu răng mỗi tháng.
- Đánh răng hai lần mỗi ngày, mỗi lần 2 phút với kem đánh răng có fluoride ngay khi chiếc răng đầu tiên mọc. Nhỏ kem đánh răng ra nhưng không cần rửa sạch phần dư.
- Lau miệng cho trẻ sau mỗi bữa ăn và trước khi đi ngủ.
- Chọn thực phẩm và đồ uống lành mạnh, không cho thêm đường.
- Không cho thêm chất tạo ngọt (mật ong, đường, nước trái cây) vào bình sữa hoặc cốc uống của trẻ.
- Thăm khám sức khỏe răng miệng định kỳ và trước sinh nhật đầu tiên của trẻ.



Content developed by the Oral Health in Comprehensive Cleft Care Task Team: P. Mossey, Muthu MS, H. Zhu, M. Campodonico, L. Orenuga with thanks to the "Toothy Tigers".

This is an FDI and Smile Train partnership.