

رعاية صحة الفم والأسنان لدى الرضع

تبدأ سلامة الفم من الأشهر الأولى، إذ أنه من المهم البدء بروتين منتظم لرعاية صحة الفم، حتى قبل ظهور أسنان طفلك. عندما تبدأ الأسنان بالظهور في عمر يقارب 6 أشهر، ستحتاجين إلى إضافة خطوات جديدة إلى روتين الرعاية. قد يسبب تسوس أسنان الأطفال مشاكل طويلة الأمد.

لماذا تعتبر رعاية صحة فم الطفل مهمة؟

تمتزج الأطعمة والمشروبات مع البكتيريا لتشكيل طبقة لزجة على الأسنان تعرف باللويحة. تفرز البكتيريا في اللويحة أحماضاً تؤدي إلى تآكل الطبقة الصلبة للأسنان (المينا)، ويُعرف هذا بتسوس الأسنان. تمنع الرعاية الجيدة بصحة الفم تراكم اللويحة على الأسنان وتحدّ من حدوث التسوس.

لماذا يعتبر الحفاظ على صحة أسنان الطفل مهمًا؟

- تشغل الأسنان اللبنية مكان الأسنان الدائمة القادمة. يُغلق الفراغ المخصص للأسنان الدائمة إذا تسوس السن اللبني أو أُزيل مبكراً، وقد يحتاج طفلك إلى علاج تقويم الأسنان لاحقاً.
- تسبب الأسنان اللبنية المصابة في ضعف نمو الأسنان الدائمة أسفلها، حيث تُسبب ظهور بقع وحفر في الأسنان الدائمة وضعفها.
- تلعب الأسنان اللبنية دوراً مهماً في تطوير النطق، كما تساعد طفلك على مضغ الطعام بشكل صحيح والحصول على تغذية جيدة.

الوقاية من تسوس الأسنان



من الولادة حتى 6 أشهر:

- نظفي فم طفلك ولثته بعد الرضاعة وقبل النوم. استخدم الماء وقماشة رقيقة أو شاشاً، أو فرشاة أسنان ناعمة خاصة بالرضع.
- تحدثي مع طبيب طفلك أو مقدم الرعاية الصحية حول الفلورايد. يساعد الفلورايد في الوقاية من تسوس الأسنان. تضيف العديد من المدن الفلورايد إلى مياه الشرب. قد يحتاج طفلك إلى مكملات الفلورايد إذا لم تُضاف إلى مياه منطقتك.

من 6 إلى 12 شهراً:

- تبدأ أسنان الطفل الأولى بالظهور بعمر يقارب 6 أشهر. في هذه الفترة، اصطحبي طفلك إلى طبيب أسنان الأطفال قبل عيد ميلاده الأول.
- اغسلي أسنان طفلك بعد كل رضعة وقبل النوم باستخدام فرشاة صغيرة ناعمة ومعجون أسنان يحتوي على الفلورايد. احرصي على استخدام كمية من معجون الأسنان بحجم حبة أرز فقط.
- استفسري من طبيب الأسنان عن طلاء الفلورايد الذي يُطبّق على الأسنان كل 3 إلى 6 أشهر.
- نظفي أسنان طفلك بالخيوط يومياً، حيث يزيل ذلك البكتيريا واللويحة من بين الأسنان وتحت اللثة.
- امتنعي عن وضع طفلك في السرير مع زجاجة تحتوي حليباً أو حليباً صناعياً أو عصيراً؛ فقد يسبب ذلك تسوس الأسنان.
- ساعدي طفلك على الانتقال من الرضاعة بالزجاجة إلى الشرب من الكوب بحلول عيد ميلاده الأول.

متى أتصل بطبيب الأسنان

اتصلي بطبيب أسنان طفلك إذا:

- ظهرت أسنان طفلك اللبنية ملتوية أو لم تبرز بعد
- لاحظت بقعًا بنية أو سوداء على أسنان طفلك
- سقط أحد أسنان طفلك

تُعد Health Net of California, Inc. هي إحدى الشركات التابعة لـ Health Net, LLC و Centene Corporation. إن Health Net هي علامة خدمة مُسجلة لدى شركة Health Net, LLC. تظل جميع العلامات التجارية أو علامات الخدمة المحددة الأخرى مملوكة لجميع شركاتها. جميع الحقوق محفوظة.
© 2000-2025 The StayWell Company, LLC. لا يُقصد بهذه المعلومات أن تكون بديلة عن الرعاية الطبية المهنية. يرجى اتباع التعليمات المقدمة من مقدم الرعاية الصحية دائمًا.