

## Pangangalaga ng Ngipin para sa Mga Sanggol

Maagang nagsisimula ang malusog na bibig. Kahit bago pa man magkaroon ng mga ngipin ang iyong sanggol, mahalagang simulan ang regular na pangangalaga ng bibig para sa iyong anak. Kapag nagsimula nang lumabas ang mga ngipin nang humigit-kumulang 6 na buwan, kakailanganin mong magdagdag sa regular na gawain. Ang pagkabulok ng mga ngipin ng sanggol ay maaaring magdulot ng mga pangmatagalang problema.

### Bakit mahalaga ang pangangalaga ng bibig ng sanggol

Humahalo ang pagkain at mga inumin sa bakteryang para bumuo ng malagkit na bagay sa ngipin na tinatawag na plaque. Gumagawa ng asido ang bakteryang sa plaque na kumakain sa matigas na coating (enamel) ng ngipin. Kilala ito bilang pagkabulok ng ngipin. Pinipigilan ng mabuting pangangalaga ng bibig ang pagbuo ng plaque sa mga ngipin at pagdulot ng pagkabulok.

### Bakit mahalagang panatilihin ang malusog ang mga ngipin ng sanggol?

- Ang mga ngipin mula nang pagiging sanggol ay nagre-reserba ng mga espasyo para sa mga ngipin kapag naging hustong gulang na. Kung masyadong maagang mabubulok o tatanggalin ang mga pagkabulok ng ngipin ng sanggol, maaaring magsara ang espasyong nire-reserba nito para sa ngipin kapag naging hustong gulang na. Maaaring mangailangan ng orthodontic na paggamot ang iyong anak sa kalaunan.
- Ang infected na ngipin ng sanggol ay maaaring magdulot ng hindi magandang pagtubo ng ngipin sa ilalim nito kapag nasa hustong gulang na. Maaari itong magdulot ng mga mantsa, butas at mahinang ngipin kapag nasa hustong gulang na.
- Mahalaga ang mga ngipin ng sanggol sa pagbuo ng pananalita. Mahalaga rin ang mga ito sa pagtulong sa iyong anak na manguya nang tama ang pagkain at magkaroon ng magandang nutrisyon.

### Pag-iwas sa pagkabulok ng ngipin



Pagkapanganak hanggang 6 na buwan:

- Linisin ang bibig at mga gilagid ng iyong sanggol pagkatapos ng mga pagpapasuso at bago matulog. Gumamit ng tubig at manipis na tela o gasa, o malambot na sipilyo na para sa sanggol.
- Kausapin ang provider ng pangangalagang pangkalusugan ng iyong anak tungkol sa fluoride. Tumutulong ang fluoride na maiwasan ang mga cavity. Maraming lungsod ang naglalagay ng fluoride sa supply ng tubig. Kung hindi ito ginagawa sa iyong lugar, maaaring mangailangan ng mga fluoride supplement ang iyong sanggol.

6 hanggang 12 buwan:

- Lumalabas ang mga ngipin ng bata sa edad na humigit-kumulang 6 na buwan. Dalhin ang iyong sanggol sa isang dentista na pambata mula ngayon hanggang sa unang kaarawan ng iyong anak.
- Sipilyuhin ang mga ngipin pagkatapos ng bawat pagpapasuso at bago matulog gamit ang maliit at may malambot na bristle na sipilyo at fluoride na toothpaste. Ang dami ng toothpaste ay hindi dapat mahigit sa laki ng isang butil ng kanin.
- Tanungin ang iyong dentista tungkol sa fluoride varnish, na maaaring ilagay sa mga ngipin tuwing 3 hanggang 6 na buwan.
- Araw-araw na i-floss ang mga ngipin ng iyong anak. Inaalís nito ang bakteryá at plaque sa pagitan ng mga ngipin at sa ilalim ng mga gilagid.
- Huwag patulugin ang iyong sanggol nang may botelya ng gatas, formula o juice. Maaari itong magdulot ng pagkabulok ng ngipin.
- Ilipat ang iyong anak sa mga cup mula sa mga botelya sa pagsapit ng kanyang unang kaarawan.

## **Kailan dapat tumawag sa dentista**

Tawagan ang dentista ng iyong anak kung:

- Sungki o hindi lumabas ang mga ngipin ng iyong sanggol
- May mapapansin kang brown o itim na mga batik sa mga ngipin ng iyong sanggol
- Natanggal ang ngipin

Ang Health Net of California, Inc. ay subsidiary ng Health Net, LLC at Centene Corporation. Ang Health Net ay rehistradong marka ng serbisyo ng Health Net, LLC. Ang lahat ng iba pang tinukoy na trademark/marka ng serbisyo ay mananatiling pagmamay-ari ng kani-kanilang mga kumpanya. Nakalaan ang lahat ng karapatan.

© 2000-2025 The StayWell Company, LLC. Nakalaan ang lahat ng karapatan. Ang impormasyong ito ay hindi nilalayong maging kapalit ng propesyonal na pangangalagang medikal. Sundin palagi ang mga instruksyon ng propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan.