Ձեր երեխայի ատամների խնամքը

Երբեք վաղ չէ սկսել ատամների լավ խնամքը: Բերանի խոռոչի լավ խնամքի պարագայում ձեր երեխան կարող է մեծանալ առանց կարիեսի: Սկսեք ձեր երեխայի լնդերը և ատամները խնամելուց: Երեխայի մեծանալու ընթացքում սովորեցրեք նրան լավագույն կերպով խնամել ատամները: Մի մոռացեք, որ առողջ ատամներ և լնդեր ունենալու համար պետք է կանոնավոր կերպով այցելել ատամնաբույժի:

Խոզանակով մաքրում

Սնունդը և բակտերիաները ատամների վրա ձևավորում են կպչուն նյութ, որը կոչվում է ատամնափառ: Ատամնափառի բակտերիաները առաջացնում են թթու, որը քայքայում է ատամի կոշտ ծածկույթը (էմալը): Էմալը դառնում է ծակոտկեն, քանի որ դրա վրա առաջանում են փոքրիկ անցքեր, որոնց միջով կարող են բակտերիաներ ներթափանցել: Դա հանգեցնում է ատամնակարիեսի: Խոզանակով մաքրումը կանխարգելում է ատամնափառի առաջացումը: Սկսեք մաքրել ձեր երեխայի լնդերը՝ նրա ծնվելուց մի քանի օր անց: Սկզբում օգտագործեք ջուր և մի կտոր բամբակյա մառլյա: Երբ ատամները նոր են դուրս գալիս, օգտագործեք փոքրիկ ատամի խոզանակ և ֆտորի պարունակությամբ ատամի մածուկ՝ ձավարահատիկի կամ բրնձահատիկի չափով քանակությամբ: Օգտագործեք միայն քիչ քանակությամբ ատամի մածուկ, քանի որ երեխաները հակված են կուլ տալ այն: Այս փուլում կարող է օգտագործվել նաև մարգչական ատամի մածուկ (ոչ ֆտորացված): Խորհրդակցեք ձեր ատամնաբույժի կամ բուժող բժշկի հետ ֆտորի հավելումներ՝ կաթիլներ կամ հաբեր օգտագործելու վերաբերյալ: Երբ ձեր երեխան բավականաչափ մեծանա, որպեսզի կարողանա ինքնուրույն մաքրել ատամները խոզանակով, հետևեք, որ ամեն ինչ ճիշտ է արվում:

Ատամնաթելով մաքրում

Ատամնաթելով մաքրումը հեռացնում է բակտերիաները և ատամնափառը ատամների միջև և լնդերի տակից: Ամեն օր մաքրեք Ձեր երեխայի ատամները ատամնաթելով: Երբ ձեր երեխան բավականաչափ մեծանա, ատամները թելով մաքրելու համար նրան կարող է օգնել թելակալը:

Ֆտոր

Ֆտորն ավելի ամուր է դարձնում ատամի էմալը: Դա օգնում է կանխարգելել կարիեսի առաջացումը: Պարզեք, թե արդյոք ձեր համայնքի ջրի մեջ ֆտոր է ավելացված: Եթե ոչ, հարցրեք ձեր ատամնաբույժին, արդյոք ձեր երեխային պետք է ֆտորով հավելումներ տալ: Ձեր ատամնաբույժը կանոնավոր ստուգումների ժամանակ կարող է նաև ֆտոր քսել ձեր երեխայի ատամներին:

Հերմետիկներ

Հերմետիկները անվտանգ, անցավ և էժան միջոց է, որը կօգնի պաշտպանել ձեր երեխայի հետին ատամները քայքայվելուց: Բարակ պլաստմասսե ծածկույթը դրվում է սեղանատամների և դրանց նախորդող ատամների ծամող մակերեսներին: Հերմետիկը ստեղծում է կոշտ շերտ, որը թույլ չի տալիս, որ սննդամթերքն ու բակտերիաները մտնեն ատամների մակերեսի փոքրիկ անցքերի մեջ:

Երբ դիմել ատամնաբույժին

Ուշադրություն դարձրեք հետևյալին.

- **Ատամնակարիես:** Երբեք թույլ մի տվեք ձեր երեխային քնել շշով: Շշով հեղուկները (նույնիսկ կաթը), որոնք հայտնվում են բերանում, կարող են արագ առաջացնել ատամնակարիես: Թույլ մի տվեք, որ երեխան խմի կամ ուտի առանց մաքրելու ատամները դրանից հետո:
- **Բութ մատի կամ ծծակի ծծում:** Երեխայի համար սովորական է բութ մատը կամ ծծակը ծծելը: Բայց եթե այդ սովորություններից որևէ մեկը շարունակվի 3 կամ 4 տարեկանից հետո, ապա դա կարող է հանգեցնել ատամների կամ ծնոտի հետ կապված խնդիրների: Ծծակ օգտագործելու դեպքում օրթոպեդիկ ծծակը լավագույնն է ատամների և ծնոտների համար:

Դիմեք ատամնաբույժին հետևյալներից որևէ մեկի դեպքում.

- Սկսած մոտ 1 տարեկանից՝ ձեր երեխան պետք է կանոնավոր ատամնաբուժական ստուգումներ անցնի 6 ամիսը մեկ:
- Խորհրդակցեք ձեր ատամնաբույժի հետ, եթե մանկական կամ մեծացած ատամները ծուռ են կամ դուրս չեն գալիս:
- Դիմեք ատամնաբույժին, եթե ձեր երեխայի ատամների վրա շագանակագույն կամ սև կետեր եք տեսնում:
- Ատամը ջարդվելու դեպքում շտապ ատամնաբուժական օգնության դիմեք: Մի լվացեք ատամը: Դրեք առամը կաթի մեջ, մինչև այն հնարավոր լինի նորից տեղադրել իր տեղը:

Health Net of California, Inc. is a subsidiary of Health Net, LLC and Centene Corporation. Health Net is a registered service mark of Health Net, LLC. All other identified trademarks/service marks remain the property of their respective companies. All rights reserved.
© 2000-2025 The StayWell Company, LLC. All rights reserved. This information is not intended as a substitute for professional medical care. Always follow your healthcare professional's instructions.