Ինչու՞ է պետք ատամնաբույժի այցելել:

- Յուրաքանչյուր երեխա արժանի է կյանքն առողջ սկսելու:
- Ատամնաբուժական առողջությունն ընդհանուր առողջության կարևոր մասն է:
- Ատամնաբուժական խնդիրները կարող են շատ շուտ սկսվել կյանքում՝ հենց առաջին ատամի դուրս գալուց: Ավելի հեշտ է կանխել ատամնաբուժական հիվանդությունը, քան բուժել այն:
- Տարրական դպրոցի տարիքի 4 երեխաներից 1-ն ունի ատամի քայքայում:

Իմ ատամնաբույժի անունն է՝ _____

Իմ ատամնաբույժի հեռախոսահամարն է՝ _____

Իմ ատամնաբույժի հասցեն է՝ _____

Եթե ձեզ օգնություն է հարկավոր Denti-Cal ընդունող ատամնաբույժ գտնելու համար, զանգահարեք Denti-Cal նպաստառուների Հաճախորդների սպասարկման բաժին՝

1-800-322-6384

Եթե դուք ապրում եք Los Angeles կամ Sacramento վարչաշրջաններում և խնդիրներ ունեք ձեր ատամնաբուժական ծրագրի հետ, կամ չեք կարող կապվել ձեր ատամնաբուժական ծրագրի հետ, խնդրում ենք զանգահարել Department of Managed Health Care՝

1-888-466-2219

Եթե դուք ապրում եք Los Angeles կամ Sacramento վարչաշրջաններում և չգիտեք, թե ինչ ատամնաբուժական ծրագիր ունեք կամ ցանկանում եք փոխել ձեր ատամնաբուժական ծրագրերը, խնդրում ենք զանգահարել Health Care Options՝

1-800-430-4263

Թարմացվել է 11/2014

Ատամնաբուժական առողջությունը սկսվում է ձեր երեխայի առաջին ատամից:

Department of Health Care Services

Ե՞րբ պետք է ձեր երեխան ատամնաբույժի այցելի:

0-ից 1 տարեկան

Ե՞րբ

Դուք պետք է ատամնաբուժական այցելություն նշանակեք ձեր երեխայի համար, հենց որ դուրս է գալիս նրա առաջին ատամը, կամ երբ նա մեկ տարեկան է լրանում, ինչը որ ավելի շուտ է տեղի ունենում: Տեսեք այս գրքույկի հետևի մասը՝ ձեր ծրագրում ատամնաբույժ գտնելու օգնության համար:

Ինչու՞

Խոռոչները կարող են առաջանալ հենց առաջին ատամից, այդ պատճառով կարևոր է, որ ձեր երեխան առաջին ատամնաբուժական ստուգումն անցնի որքան հնարավոր է շուտ: Առաջին այցի ժամանակ հարցրեք՝ ինչպես մաքրել ձեր երեխայի ատամները, ինչպես նաև զրուցեք ձեր ատամնաբույժի հետ ֆտորիդի և խոռոչները կանխելու մասին:

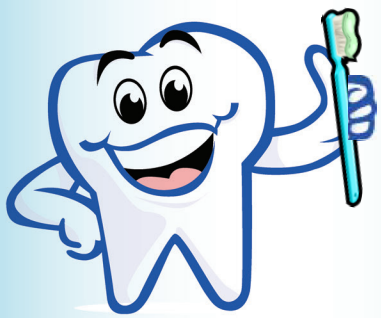
2+ տարեկան

Ե՞րբ

Յուրաքանչյուր վեց ամիսը մեկ, կամ ինչպես խորհուրդ է տալիս ձեր երեխայի ատամնաբույժը:

Ինչու՞

Երբ երեխաները մանկապարտեզային տարիքի են, նրանցից 50% արդեն ատամնաբուժական խնդիրներ ունեն: Կանոնավոր ատամնաբուժական այցելությունները կարող են օգնել նկատել խոռոչների առաջացման վաղ նշանները և կանխել նոր խոռոչների առաջացումը:



Ինչպե՞ս կարող են օգնել ծնողները:

0-ից 1 տարեկան

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել:

Եթե ձեր երեխային շիշ եք տալիս քնելիս, ապա նրան միայն շշով ջուր տվեք՝ կաթ, ֆորմուլա, հյութ կամ քաղցր ըմպելիքներ մի տվեք: Զգուշորեն մաքրեք երեխայի լնդերը փափուկ կտորով, մինչև որ կծկլթի նրա առաջին ատամն, այնուհետև անցեք փափուկ խոզանակի:

1-ից 2 տարեկան

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել:

Առավոտյան և երեկոյան քնելուց առաջ մաքրեք ձեր երեխայի ատամները շատ քիչ քանակի ֆտոր պարունակող ատամի մածուկով: Ուշադիր ստուգեք՝ կան արդյոք խոռոչների առաջացման վաղ նշաններ (կավճանման սպիտակ-շագանակագույն հետքեր ատամների վրա՝ լնդերին մոտ): Երեխայի առողջության ստուգումների ժամանակ խնդրեք ձեր բժշկին, որ ձեր երեխայի ատամներին ֆտորիդ պարունակող քսուկ քսի: Ձեր երեխան արդեն պետք է բաժակից խմի, այլ ոչ թե շշից: Նրան կաթ կամ հյութ տվեք միայն ուտելու ժամանակ, իսկ արանքում ջուր տվեք:

3-ից 4 տարեկան

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել:

Առավոտյան և երեկոյան քնելուց առաջ շարունակեք մաքրել ձեր երեխայի ատամները ոլոռի չափի քանակի ֆտորիդ պարունակող ատամի մածուկով: 7-ից 8 տարեկանից փոքր երեխաները չեն կարող լավ մաքրել իրենց ատամներն առանց ձեր օգնության, սակայն, ձեր մասն անելուց հետո, թույլ տվեք, որ նրանք էլ վարժվեն: Ամեն օր սահմանափակեք շաքար պարունակող ըմպելիքներն (գազավորված ըմպելիքներ, տարբեր համերով կաթեր և մրգային ըմպելիքներ) ու շաքար պարունակող սնունդները:

Ցանկացած տարիքում

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել:

Դուք՝ ծնողը, կարող եք օգնել խոռոչները կանխելու հարցում: Երեխայի առողջության ստուգումների ժամանակ խնդրեք ձեր բժշկին, որ ձեր երեխայի ատամներին ֆտորիդ պարունակող քսուկ քսի: Ատամի խոզանակները համատեղ մի օգտագործեք: Մի վախեցեք հարցեր տալ: Ձեր բժիշկն ու ատամնաբույժը կօգնեն ձեզ:

Լրացուցիչ օգտակար խորհուրդներ.

- ☑ Ընտրեք ավելի առողջ հյուրասիրություններ: Ձեր երեխային մի տվեք ուտեստներ, որոնք թթու են (բարձր թթվայնություն են պարունակում, ինչը քայքայում է ատամի էմալը), կպչուն են կամ երկար են ծամվում (շաքարներ են թողնում ատամների վրա երկար ժամանակ):
- ☑ Կանխեք վատ սովորությունները: Մատի ծծումը և ծծակները երկու տարեկանից հետո կարող են ծուռ ատամների կամ կծվածքի խնդիրներ առաջացնել:
- ☑ Օգնեք ձեր երեխային գիշերը մաքրել ատամները: Սա ատամները մաքրելու ամենակարևոր ժամանակն է, քանի որ բարձր է խոռոչների և կուտակումների առաջացման վտանգը:
- ☑ Ձեր երեխային բերանի խոռոչի խնամքի կարևորության մասին սովորեցնելու լավագույն միջոցն է ձեր՝ որպես օրինակ ծառայելը: Ատամները մետաքսաթելով մաքրեք օրական մեկ անգամ: