

اسم مریض: _____ تاریخ تولد: _____ تاریخ امروز: _____

به عنوان بخشی از بازدید امروز شما در مورد مراقبت از دندان‌های کودک‌تان صحبت خواهیم کرد. لطفاً به سؤالات زیر پاسخ دهید تا بتوانیم با همکاری، به کودک شما کمک کنیم تا در باقی عمر خود دندان‌های سالمی داشته باشد.

چیزهای که خطر پوسیدگی دندان را در برابر پوسیدگی دندان محافظت می‌کند.

آیا کودک شما داکتر دندان دارد (اگر 12 ماه یا بیشتر سن دارد)؟

- بلی
 نخیر
 بدون جواب

اگر بلی، آخرین ملاقات با داکتر چی وقت بوده؟ _____

چیزهای که خطر پوسیدگی را برای یک طفل زیاد می‌کند.

آیا شما (مراقب) در 12 ماه گذشته پوسیدگی دندان داشته‌اید؟

- بلی
 نخیر
 مطمئن نیستم

آیا فرزند شما از یکی از این منابع، فلوراید دریافت می‌کند؟
(یکی را علامه بزنید)

- آب شهری با فلوراید
 آب چاه با فلوراید به حد کافی
 مکمل فلوراید
 مورد دیگر
 مطمئن نیستم
 هیچ کدام

آیا شما (مراقب) داکتر دندان ندارید؟

- بلی - من داکتر دندان ندارم
 خیر - من داکتر دندان دارم

آیا طفل شما در وقت برس کردن دندان از کریم دندان حاوی فلوراید استفاده می‌کند؟

- بلی
 نخیر
 مطمئن نیستم
 بدون جواب

آیا کودک شما بین وعده‌های غذایی (اگر بیش از 12 ماه سن دارد) از چوشک یا پیاله، شیر یا آب‌میوه می‌نوشد؟

- بلی
 نخیر
 بدون جواب

روزانه چند مرتبه دندان‌های طفل تان را برس می‌کنید؟

اگر طفل شما هنوز دندان ندارد، آیا شروع به پاک کاری بیره های او کرده‌اید؟

- بلی
 نخیر
 بدون جواب

آیا کودک شما بیش از یک بار در بین وعده‌های غذایی (اگر بالای 12 ماه سن دارد) میان وعده می‌خورد؟

- بلی
 نخیر
 مطمئن نیستم
 بدون جواب

اگر بلی، چه قسم میان‌وعده؟

اگر دندان‌های طفل تان مستحکم شده، آیا از نخ دندان استفاده می‌کنید؟

- بلی
 نخیر
 بدون جواب

آیا طفل شما کدام معلولیت دارد؟

- بلی
 نخیر

هر جواب بلی از دندان طفل شما در برابر پوسیدگی محافظت می‌کند.

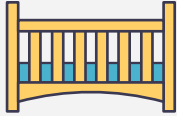
هر پاسخ بلی، خطر ایجاد پوسیدگی دندان طفل را افزایش می‌دهد.

اهداف صحت دهان و دندان برای مریضان و مراقبان

راه‌های زیادی وجود دارد که می‌توانید به کودک خود کمک کنید تا عادات دندانی سالمی در خانه ایجاد کند. 1 یا چند هدف را انتخاب کنید و از این لحظه تا معاینه بعدی فرزندتان روی آن کار کنید.

در طول ملاقات خود، لطفاً هر سؤالی در مورد مراقبت از دندان‌های کودک خود دارید، مطرح کنید. سپس این ورق را به خانه ببرید و آن را در جای که قابل مشاهده است، مانند روی یخچال بچسبانید تا این اهداف را در ذهن داشته باشید.

از قرار دادن کودک در رختخواب با چوشک شیر خودداری کنید.



بین وعده‌های غذایی به کودک خود اسنک‌های سالم مانند سیب و سبزیجات برش شده بدهید.



مقدار شیر و آبمیوه‌ای که کودکان بین وعده‌های غذایی می‌نوشند را کاهش دهید. سعی کنید بین وعده‌های غذایی به کودکان فقط آب بدهید.



دندان‌های کودک خود را دو بار در روز برس کنید - بهترین وقت بعد از غذا در صبح و درست قبل از خواب شب است.



ویزیت‌های منظم با داکتر دندان را از یک سالگی شروع کنید.



اگر کودک شما شیرینی خورد، دقت کنید که مقدار آن کم باشد و بعد از آن دندان‌های او را برس کنید.



اگر در آب آشامیدنی خود فلوراید ندارید، یک بار در روز به کودک خود مکمل فلوراید بدهید.



هنگامی که دندان‌های کودکان با هم تماس پیدا کرد، آن‌ها را روزانه نخ دندان بزنید.



همیشه با کریم دندان که دارای فلوراید است، برس کنید.



برای کودکان زیر 3 سال، به اندازه یک دانه برنج از کریم استفاده کنید.



برای کودکان 3 تا 6 سال، به اندازه یک دانه نخود از کریم استفاده کنید.

سوالات خود را لیست کنید

از فضای زیر برای نوشتن هر گونه سوال یا نگرانی که می‌خواهید در مورد آن گپ بزنید، استفاده کنید.

چیزهایی که باید به یاد داشته باشید

در مورد صحت دهان و دندان فرزندتان یادداشت بگیرید یا یادداشت‌هایی برای خود بنویسید.

معلومات داکتر دندان

متخصص اطفال می‌تواند به شما در یافتن و تعیین وقت ملاقات با داکتر دندان کودکان کمک کند.

بازدید بعدی:

تلیفون:

نام دکتر دندان: