كيف تعلمين طفلك العناية بأسنانه؟

تعتبر العناية بالأسنان من أهم الأمور التي يجب أن تدخل في الروتين اليومي للشخص مهما كان عمره، وذلك من أجل الحفاظ على أسنان صحية بعيدا عن التسوس.

العناية بالأسنان تبدأ منذ الصغر وتكبر مع الشخص، وكلما تعود الطفل على العناية بأسنانه من سن مبكر كلما أصبح تنظيف أسنانه عادة يومية من أجل الحفاظ على أسنان سليمة وصحية.

وفي ما يلي، تعرفي أيتها الام على طرق تساعدك على تعليم طفلك كيفية الإهتمام بأسنانه منذ الصغر.

العناية باسنان الطفل تبدأ قبل ظهور السن الأول، من خلال تدليك فكي الطفل بواسطة فرشاة أسنان ناعمة من دون وضع معجون الأسنان عليها. هذه الطريقة تساعد على تسهيل ظهور الأسنان عند طفلك.

شجعي طفلك على تنظيف اسنانه من خلال شراء له فرشاة اسنان مناسبة لعمره تحمل ألوان وتصاميم كرتونية، كما ويمكنك ان تشتري له فرشاة اسنان كهربائية فذلك يزيد من رغبته ويشجعه على تنظيف اسنانه.

عندما تبدئين بتعليم طفلك كيفية تنظيف اسنانه، ننصحك بأن تصطحبيه معك الى الحمام وأن تقومي بتفريش اسنانك امامه فهذا يساعده على تقليدك ويجعل وقت تفريش اسنانه لحظات مسلية ينتظرها.

في حال كان طفلك يرفض ان ينظف اسنانه، حاولي ان تخدعيه وان تقولي له ان شيئا موجود على اسنانه وإذا لم ينظف اسنانه فإنها ستقوم بأكل أسنانه ويصبح مظهرها سيئا جدا.

عندما يبلغ طفلك العامين من عمره، عليك ان تحرصي على تنظيف اسنانه مرتين يوميا في المساء وفي الصباح. وفي حال تناول الفواكه، ينصح بعدم تنظيف الأسنان فورا والانتظار تفاديا لإزالة المعادن من على سطحها قبل أن تترسب داخل السن.

أما في ما يتعلق بمعجون الأسنان الذي يفضل استعماله لطفلك، ينصح بإختيار معجون للأطفال بالفلورايد، لأنه يمنع البكتيريا من فرز الأحماض على الأسنان ويحميها من التسوس.