

به دندان‌ها بیندیشید در هر قدم از مسیر

دندان‌های سالمی را از ابتدا به کودک خود بدهید. آسان است!

- دندان‌های کودک خود را به آرامی دو بار در روز مسواک بزنید.
از مقدار کمی خمیردندان حاوی فلوراید استفاده کنید.
 - تا اولین تولد فرزندتان، او را نزد دندان‌پزشک ببرید.
معاینات معمول را طبق توصیه، انجام دهید.
 - عامل خرابی دندان باکتری‌ها هستند.
فرزندتان ممکن است باکتری‌ها را از شما «بگیرد».
 - دهان خود را سالم نگه دارید.
 - از فنجان یا قاشق مشترک استفاده نکنید.
 - در شیشه‌شیر یا فنجان نوشیدنی کودک، تنها آب، شیر یا شیرخشک بریزید.
 - کودک خود را همراه با شیشه‌شیر یا فنجان نوشیدنی در تخت نگذارید.
 - خوراکی‌ها شیرین و نوشیدنی‌های قنددار از جمله آب‌میوه را محدود کنید.
- Medicaid و برنامه بیمه درمانی کودکان (CHIP) خدمات دندان‌پزشکی کودکان از جمله جرم‌گیری، معاینه، عکس، فلوراید، سیلانت دندان و پرکردن را پوشش می‌دهد. ممکن است فرزندتان واجد شرایط باشد!
- برای نام‌نویسی فرزندتان، با **1-877-KIDS-NOW (543-7699)** تماس بگیرید یا از **InsureKidsNow.gov** دیدن کنید. از قبل پوشش بیمه دارید؟ از **Dentist Locator** (دندان‌پزشک یاب) در **InsureKidsNow.gov** برای پیدا کردن دندان‌پزشک در نزدیکی خود استفاده کنید و برای گرفتن نوبت دندان‌پزشک، همین امروز تماس بگیرید.

