

Ötletek a fogak megóvásához melyek segítenek a gyermekeknek az egészséges fogápolásban

SOOCAS
okos
osztály



Ötletek a fogak megóvásához, öt könnyű lépés, mely segítségével a gyermekek fogai egészségesek lehetnek

1. lépés: A megfelelő fogkefe kiválasztása

- A fogkefe feje legyen kicsi, a sörték legyenek puhák és kerekítettek, így a fogkefével a gyermekek minden foga könnyen elérhető és nem sérti meg az ínyt.



2. lépés: A megfelelő fogmosási technika elsajátítása

- Illeszd a fogkefét 45 fokos szögben az ínyhez, majd gyengéden mosd meg minden fogad kívül, belül és a felületén rövid előre-hátra simítással.



3. lépés: A megfelelő fogkefe kiválasztása

- Moss fogat legalább naponta kétszer, legalább két percen át minden alkalommal. Ajánlott a fog mosása minden étkezés után és lefekvés előtt. Erre azért van szükség, mert a fogak közötti résekben a baktériumok étkezés után feléledhetnek és megsérthetik a fogakat. A SOOCAS szónikus elektromos fogkefe segítségével hatékonyabb a fogmosás. Az alkalmazásban video és interaktív játékok segítségével a gyerekek megszerethetik a fogmosást.



4. lépés: Figyelés a megfelelő étrendre

- Figyeljen rá, hogy a gyermekek minél több tiszta vizet igyanak és kevesebb gyümölcslevet és szénsavas üdítőt. Próbálja meg minimalizálni az édességek, ragadós ételek bevitelét étkezések között. Ilyen ételek fogyasztása után mindig öblítse ki a száját az ételmaradékok fogakon maradásának megelőzése érdekében.



5. lépés: Figyelés az átmeneti fogászati szakaszra



- A gyermekek 5-6 éves koruktól átesnek egy átmeneti fogászati szakaszon. Ebben a szakaszban a szülőknek különösen oda kell figyelni a gyermekek szájhygiájára és arra, hogy a fogukat ne érintsék meg a nyelvükkel, a kezükkel vagy egyéb külső eszközzel. Fogmosáskor figyelni kell arra, hogy a kilazult fogat ne érintsék meg, amennyire lehetséges és hagyják azt lassan, természetes módon kiesni. Kerülni kell minden fertőzést az új fog kinövése előtt. Ez a gyermekek fogvédelmi stratégiája.



Megértetted?



Olvasd be a QR kódot a
„Xiaosu” alkalmazás letöltéséhez

SOOCAS