

نکاتی برای پدر و مادرها و مراقبت دهنده ها درباره مسواک زدن



- میزان اسنک و نوشابه های شکرदार که در طول روز مصرف می شود را محدود کنید.
- دندان های کودکان را دو بار در روز با خمیردندان دارای فلوراید مسواک بزنید - مخصوصاً در طول خط لثه.
- کودک را پس از اینکه اولین دندان ظاهر شد ویا در یک سالگی نزد دندان پزشک ببرید.



برای تماشای یک ویدئوی آموزشی با اداره محلی بهداشت عمومی ویا کتابخانه عمومی خود تماس بگیرید ویا از www.bcdental.org دیدن کنید.