

# عادات صحية لابتسامات سعيدة



## زيارة عيادة الأسنان مع طفلك

يحتاج الأطفال إلى زيارة عيادة الأسنان للحفاظ على صحة الفم والأسنان لديهم. إذا كان الأطفال يقومون بزيارات منتظمة لعيادة الأسنان، يمكن لطبيب الأسنان وأخصائي صحة الأسنان الاعتناء بأسنانهم واكتشاف مشاكل صحة الفم في وقت مبكر. إن القيام بزيارات منتظمة لعيادات الأسنان يُعلم الأطفال أيضًا أن يُقدروا الصحة الجيدة للفم.



الاستعداد للمدرسة يبدأ بالصحة!

## في عيادة الأسنان، سيقوم فريق طب الأسنان

### بما يلي:

- فحص أسنان طفلك وفمه.
- التحدث إليك عن أفضل طريقة للعناية بأسنان طفلك. على سبيل المثال، تنظيف أسنان طفلك بمعجون أسنان يحتوي على الفلوريد بعد الإفطار وقبل النوم.
- مشاركة طرق أخرى للمساعدة في الوقاية من تسوس الأسنان (التجاويف). على سبيل المثال، وضع ورنيش الفلوريد على أسنان الأطفال.

## نصائح حول أهمية زيارة عيادة الأسنان

- إذا سأل طفلك عما سيحدث في عيادة الأسنان، فأعطِ إجابةً بسيطةً. على سبيل المثال، قل:
  - "قد يحسبون عدد الأسنان التي لديك."
  - "قد ينظفون أسنانك لجعلها لامعةً ومشرفةً!"
- إذا كنت لا تحب الذهاب إلى عيادة الأسنان، فلا تخبر طفلك بذلك. فهذا قد يجعل طفلك قلقًا بشأن الذهاب أيضًا.

- جهِّز كرسي أسنان تخيليًا. تظاهر بأنك طبيب أسنان أو أخصائي صحة أسنان. انظر في فم طفلك وقم بعد أسنانها؛ ثم تحدث معها عن تنظيف أسنانها بالفرشاة.
- اقرأ الكتب أو شاهد مقاطع الفيديو مع طفلك حول زيارة عيادة الأسنان. لا تستخدم الكتب أو مقاطع الفيديو التي تحتوي على كلمات مثل الأذى أو الألم أو حقنة أو مثقاب أو الخوف أو أي كلمات أخرى قد تخيف طفلك.
- دع طفلك يحضر لعبته أو بطانيته المفضلة إلى العيادة.
- إذا اكتشفت أن طفلك سيحصل على لعبة صغيرة أو فرشاة أسنان جديدة في نهاية الزيارة، فذكر طفلك بهذه المكافأة.
- خطط لنشاط ممتع بعد زيارة العيادة.



كان هذا المورد ولا يزال مدعومًا من إدارة الأطفال والعائلات (ACF) التابعة لوزارة الصحة والخدمات الإنسانية (HHS) بالولايات المتحدة كجزء من منحة المساعدة المالية التي يبلغ إجماليها 7,582,500 دولار، بتمويل بنسبة 97% من إدارة الأطفال والعائلات (ACF) و3% من إدارة خدمات الموارد الصحية (HRSA) التابعة لوزارة الصحة والخدمات الإنسانية (HHS) بالولايات المتحدة. المحتويات خاصة بالمؤلف (المؤلفين) ولا تمثل بالضرورة وجهات نظر إدارة الأطفال والعائلات (ACF)، ووزارة الصحة والخدمات الإنسانية (HHS) أو الحكومة الأمريكية، كما لا تمثل تصديقًا من تلك الجهات. يجوز نسخ هذا المورد للاستخدامات غير التجارية دون إذن. مصادر توثيق الصورة: المتحف الوطني لطب الأسنان / Foter / CC BY-NC-ND (الصفحة الأمامية، بالأعلى)؛ فليكر / CC BY-NC-ND (الصفحة الخلفية)