

Thói quen lành mạnh để có nụ cười tươi vui



Đến văn phòng nha khoa với con

Trẻ em cần khám nha khoa để giữ cho răng miệng khỏe mạnh. Nếu trẻ em đi khám răng thường xuyên, nha sĩ và nhân viên vệ sinh răng miệng có thể chăm sóc răng của trẻ và tìm ra vấn đề về sức khỏe răng miệng từ sớm. Đi khám răng định kỳ cũng dạy trẻ quý trọng sức khỏe răng miệng tốt.



Việc sẵn sàng đến trường bắt đầu với sức khỏe!



Tại văn phòng nha khoa, Ban chăm sóc nha khoa sẽ:

- Kiểm tra răng và miệng của trẻ.
- Nói chuyện với bạn về cách tốt nhất để chăm sóc răng của trẻ. Ví dụ, đánh răng với kem đánh răng có chứa fluor sau khi ăn sáng và trước khi đi ngủ.
- Chỉ dẫn những cách khác để giúp ngăn ngừa sâu răng. Ví dụ, thoa fluor lên răng của trẻ.

Chỉ dẫn khi đi khám răng

- Nếu trẻ hỏi điều gì sẽ xảy ra tại văn phòng nha khoa, hãy trả lời đơn giản. Ví dụ, nói rằng:
 - “Họ có thể đếm xem con có bao nhiêu cái răng.”
 - “Họ có thể làm sạch răng của con để răng sáng bóng!”

- Nếu bạn không thích đến văn phòng nha khoa, đừng nói cho trẻ biết. Điều đó có thể khiến trẻ cũng lo lắng về việc đi khám răng.
- Đặt một chiếc ghế nha khoa giả vờ. Giả vờ làm nha sĩ hoặc nhân viên vệ sinh răng miệng. Nhìn vào miệng của trẻ và đếm xem trẻ có bao nhiêu cái răng; sau đó nói với trẻ về việc đánh răng.
- Đọc sách hoặc xem video với con về việc đến văn phòng nha khoa. Đừng sử dụng sách hoặc video có những từ như tổn thương, đau đớn, bắn, khoan, sợ hãi hoặc bất kỳ từ nào khác có thể khiến con sợ hãi.
- Cho trẻ mang theo món đồ chơi hoặc chiếc mền yêu thích tới văn phòng.
- Nếu bạn phát hiện ra rằng con bạn sẽ nhận được một món đồ chơi nhỏ hoặc một chiếc bàn chải đánh răng mới vào cuối buổi khám, hãy nhắc con về phần thưởng này.
- Chơi một hoạt động vui sau khi đến văn phòng.



Tài liệu này được sự hỗ trợ của Cơ quan Quản lý trẻ em và gia đình (ACF) thuộc Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ (HHS) như một phần trong khoản hỗ trợ tài chính tổng cộng \$7,582,500 với 97% được tài trợ bởi ACF và 3% được tài trợ bởi Cơ quan Quản lý tài nguyên và dịch vụ y tế (HRSA) của HHS Hoa Kỳ. Nội dung của tài liệu này là của (các) tác giả và không nhất thiết đại diện cho quan điểm cũng như sự chứng thực của ACF/HHS hoặc chính phủ Hoa Kỳ. Tài liệu này có thể được sao chép cho các mục đích phi thương mại mà không cần xin phép. Hình ảnh của: Bảo tàng Nha khoa Quốc gia / Foter / CC BY-NC-ND (trang trước, trên cùng); um.dentistry / Foter / CC BY-NC-SA (trang trước, dưới cùng); Kristen Jennings / Flickr / CC BY-NC-ND (trang sau)



ADMINISTRATION FOR
CHILDREN & FAMILIES



National Center on

Health, Behavioral Health, and Safety