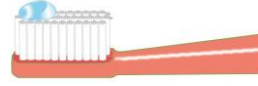


كيفية فرش أسنان طفلك

إرشادات مساعدة لمن لديه أطفال في عمر 0-6 سنوات

**افرش الأسنان صباحًا ومساءً – بواسطة فرشاة أسنان
لينة ذات رأس فرشاة صغير**

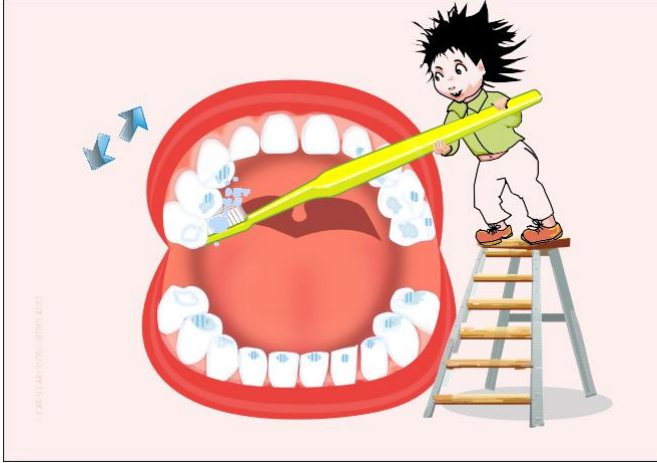
- استعمل معجون أسنان للأطفال الذي يحتوي على الفلورايد.
- ضع الطفل في حضنك أو قف وراءه جانبًا.
- ضع معجون الأسنان على الفرشاة ووزع كمية قليلة منه على كل سن.



2 إلى 6 سنوات – كمية
معجون أسنان بحجم حبة
بازل.



الأطفال لغاية سنتين من العمر –
كمية معجون أسنان بحجم ظفر
الإصبع الصغير للطفل.



- ابدأ في الجزء الخلفي من الفم في الفك العلوي، افرش
الجهة الخارجية من الأسنان بحركات صغيرة لينة.
- افرش على امتداد الأسنان إلى الجهة الأخرى.

واصل – الجهة الداخلية ومساحات المضغ

- افرش الجزء الداخلي من الأسنان في الفك العلوي.
- افرش مساحات المضغ في الفك العلوي.
- افعل نفس الشيء في الفك السفلي: الجهة الخارجية
والجهة الداخلية ومساحات المضغ.

النهاية – أسس روتينيات جيدة

- يمكن أن يعترض الأطفال أحياناً – اللعب وخادع بالكلام
اللطيف وواصل الفرش.
- يحتاج الأطفال إلى مساعدة مع فرش الأسنان لغاية عمر
10 سنوات على الأقل.
- يجب ألا يأكل الطفل ولا يشرب بعد فرش الأسنان.

