

## Den här broschyren handlar om ditt barns första tänder.

Folktandvården vill ge dig några råd för att ditt barn ska behålla tänderna friska.

- När ditt barn får sin första tand är det dags att börja borsta tänderna med fluor-tandkräm. Tag bara lite tandkräm på borsten – som barnets lillfingernagel. Borsta på morgonen och på kvällen. Låt alltid barnet somna med rena tänder.
- Vänj ditt barn vid att dricka vatten. Söta drycker orsakar karies (hål i tänderna), ha därför bara vatten eller osötkrad välling i nappflaskan.
- När ditt barn är ca 1 år är ni välkomna till ett kostnadsfritt första besök på Folktandvården. Vi hör av oss! Har du frågor redan nu är du välkommen att höra av dig.



Arabiska

### انتیلو هذا ابیتک انسلان الأولى كلفظ.

وید اظنم رقیاع انسلان ان دقیم کلفظ عب احناصلن آبی ظفاحتی لعی تحصد انسن کلفظ.

- امدمع اذبتن انسا کلفظ یولولاً لایظهور ، بجدی ادبلا اهفیظنتب فاشرفلابن وجمون انسلان یذلا یوتحی لعی دمام نیرولفا . یعض لایلقن نم نوجعلما لعی فاشرفلا – تمیماً ردقبظفر رصنخ طفاکف یفظن انسلان یفح ابصلما یفو اسملا . یعد لفظا انساونه تفیظن امئاداً .
- یلعک نأ وعتب د کلفظ لعی برش عاملا . تابور شما قولحا ببست نلا خیر (ثبوقی فن انسلان)، کذلک لای عضتی ف تجاجز تعاضرلا سیو عاملا و ادبصعلا (välling) ریغ علاحملا .
- امدمع غلبیل کلفظ مماع لولاً انناف بحر ن امکب جلارءا فرایز تمیجام یلوا یدل ماظن تیاعر انسلان الشعی . فوسل صنت مکب! اذل اننت کیدل تلاؤاست ذمن نلا انناف بحر ن کلاصتاب انب .

Sorani

### ئهم نامیلکەه دەر بارە یەکهەمین ددانەکانی منالەکەتە

بنکە ی چاودیری تەندروستی ددان دەخواریت بۆ ساخمانەوی ددانەکانی منالەکەت هەندیکت زانیاری پێدات .

- کاتیکی منالەکەت یەکهەمین ددانی ددانی ئەوسا کاتی ئەو دەیت کە دەست بکەیت بە فلچەیی ددان و بە مەجمومی فلۆرداری ددان بییاننۆریت .
  - کەمێک لە مەجمومکە لە سەر فلچەکە دابنێ – بە ئەندازە ی پەنجەتوتەیی منالەکە . بەیانی و شەوی ددانەکانی بە فلچە بشۆ . با منالەکە هەمیشە بە ددانی خاوینەوی خەوی لێ بکەیت .
  - تێبکۆشە منالەکەت فێر کەیی خوو بە ناخوارنەوی بگرت . شەربەت (ساردی) دەبێتە هۆی کۆلۆیونی ددانەکان ( ددانەکان دەخوارین و کۆنیان تێدەکەیت)، هەر بۆیەش با هەمیشە تەنیا ئاو یا شیریی وشکی بێشیرینی لە ناو مەمکەشوشەکەیدا بێت .
  - کاتیکی منالەکەت بوو بە یەک سال بیهێنن بۆ بنکە ی چاودیری تەندروستی ددان و ئەو سەردانە پارە ی تێناچیت .
- ئێمە پێوەندیتان پێوە دەکەینەو . ئەگەر ئێستای ئێستای پێوەندیمان پێوە بکەیت .

Persiska

### نیا روشورپ در دروم نیلوا ی اهناندن دنزرف شتسام

ماگنامرد پنادنزشکی ی ناگمه مال دتسا برای سالم نامند هنادندای فراتندنن امشدنچ نامنداری ارانه دنک .

- ی تقو اولین ن اندن دنزرفان در ی میاد تقو تسنا مک مسکاو رکند داب ن اندنریمذ دارای دمام فلروئو را غاز دینک . طقفی مک ن اندنریمذ – به دننازه ن خان شگنات وکچک وکدک - روی وسماک دیرانگب . دندای اهنذ کدوک ار حبص و شب مسکاو بز دین . دنگیارد کدوک مەیش اب دندای اهنذ تمزی بخوابد .
- کدوک دوخرا بچن دیماشا آب ت داع بددیه . نوی ندیش های نیریش مرک خوی گنر (سوخار رد ن اندن) داجیا ی مکنند ، زا ورنیا رد ششیه کناتسپدار کدوک بای نرفی (välling) بزد دنته بریزید .
- قوی ت وکدک بچن قتر بیبیا کچ اسلگی دسرپ برای کید ملاتاق راگینا رد ماگنامرد اندننری کشد ی ناگمه امشدن شوخ دما ی مینوگ . ام قوت تناقلام را علاطا ی م مپهد! رگا هم اکن ون ی لاوس دیراد اب مکال لیم ی م ی ناوتد اب ام سامت دیر یگب .