

Den här broschyren handlar om ditt barns första tänder.

Folk tandvården 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 osockrad välling i nappflaskan.
- När ditt barn är ca 1 år är ni välkomna till ett kostnadsfritt första besök på Folk tandvården. Vi hör av oss! Har du frågor redan nu är du välkommen att höra av dig.



Arabiska

يتناول هذا البروشور الأسنان الأولى لطفلك.

يؤد نظام رعاية الأسنان أن يقدم لك بعض النصائح كي تحافظي على صحة أسنان طفلك.

- عندما تبدأ أسنان طفلك الأولى بالظهور، يجب البدء بتنظيفها بالفرشاة ومعجون الأسنان الذي يحتوي على مادة الفلورين. ضعي قليلاً من المعجون على الفرشاة – كمية بقدر ظفر خنصر طفلك. نظفي الأسنان في الصباح وفي المساء. دعي الطفل وأسنانه نظيفة دائماً.
- عليك أن تعودي طفلك على شرب الماء. إن المشروبات الحلوة تسبب التَّخَر (تقوب في الأسنان): لذلك لا تضعي في زجاجة الرضاعة سوى الماء أو العصيدة (välling) غير المحلاة.
- عندما يبلغ طفلك عامه الأول فإننا نرحب بكم لإجراء زيارة مجانية أولى لدى نظام رعاية الأسنان الشعبي. وسوف نتصل بكم! إذا كانت لديك تساؤلات منذ الآن فإننا نرحب باتصالك بنا.

Persiska

این بروشور در مورد اولین دندانهای فرزند شماست

درمانگاه دندانپزشکی همگانی مایل است برای سالم ماندن دندانهای فرزندتان بشما چند راهنمایی ارائه کند.

- وقتی اولین دندان فرزندتان درمی آید وقت آن است که مسواک کردن باخمیردندان دارای ماده فلورور را آغاز کنید. فقط کمی خمیردندان – به اندازه ناخن انگشت کوچک کودک – روی مسواک بگذارید. دندانهای کودک را صبح و شب مسواک بزنید. بگذارید کودک همیشه باندانهای تمیز بخوابد.
- کودک خود را به آشامیدن آب عادت بدهید. نوشیدنی های شیرین کرم خوردگی (سوراخ دردندان) ایجاد می کنند، از اینرو در شیشه پستانکدار کودک آب یا فرنی (välling) بدون قند بریزید.
- وقتی کودک به سن تقریباً یک سالگی برسد برای یک ملاقات رایگان در درمانگاه دندانپزشکی همگانی بشما خوش آمد می گوئیم. موقت ملاقات را اطلاع می دهیم! اگر هم اکنون سوالی دارید باکمال میل می توانید باما تماس بگیرید.

Sorani

نهم نامیلکھیه باس له یهکھمین ددانھکانی مندالھکھت دھکات

چاودیزی تھندروستی میلی ددان دھخوازیت بۆ ساغر اگرتتی ددانھکانی مندالھکھت ھندیکت ئاموزگاریت پیدات .

- کاتیک مندالھکھت یهکھمین ددانی دیت، ئیدی کاتی ئهوه دیت دھست به شتنی ددانی بھیت به فلچھ و مھعجومی فلوردراری ددان. کھمیک له مھعجومکھ له سھر فلچھکھ دابنی – به ئھدازھ ی پھنجھتوتھئ مندالھکھ. بھیانان و شھوان ددانھکانی به فلچھ بشۆ. با مندالھکھ ھمیشھ به ددانی خاوینھوه بنویت.
- مندالھکھت به ئاوخوار دھوه رابھینھ. خوار دھوهی شیرین دھبیتھ ھۆی کلوربوونی ددان (کون بوونی ددان)، بۆیھ وا باشھ تھنیا ئاوا قبیلینی بئشھکر له مھمکھشوو شھکھیدابنیت.
- کاتیک تھمھنی مندالھکھت دھبیت به نزیکھ ی ۱ سال، بهخیر ھانتنن ئیدھکھین بۆ یھکھم سھردانی خورایی لای چاودیزی تھندروستی میلی ددان. ئیمھ پھوھندیتان پئوه دھکھین! گھر ئیستا پرسیرت ھمھه تکایھ پھوھندیمان پئوه بھه.