

TRƯỜNG MÀM NON LIÊN CHÂU

BÀI TUYÊN TRUYỀN VỀ CÁCH CHĂM SÓC RĂNG MIỆNG CHO TRẺ

1. Nguyên nhân dẫn đến bệnh răng miệng là gì ?

Nguyên nhân chính dẫn đến sâu răng và viêm mướu là vệ sinh răng miệng không sạch và không thường xuyên. Vì vậy cần chú ý đến vệ sinh răng miệng.

2. Các biện pháp phòng chống bệnh về răng miệng

- Đánh răng sau mỗi bữa ăn, tối thiểu 2 lần/1 ngày, sáng trước khi ngủ dậy, tối trước khi đi ngủ. Sử dụng bàn chải mềm và đánh răng đúng cách.

- Chế độ ăn uống hợp lý, bổ sung canxi, vitamin.

- Hạn chế ăn ủa vặt, không ăn nhiều đồ ngọt như bánh kẹo, bim bim...trước khi đi ngủ, không ăn thức ăn quá nóng hoặc quá lạnh.

- Kiểm tra răng miệng theo định kỳ 3-6 tháng/1 lần

- Điều trị kịp thời khi phát hiện bệnh về răng miệng.

- Khi thay răng không nên để trẻ tự nhổ hoặc nhổ tại nhà, tránh nhiễm khuẩn và chảy máu nặng mà cần đến bệnh viện hoặc các phòng khám nha khoa. Đối với trẻ mọc răng lệch lạc cần đội mọc đủ răng vĩnh viễn mới xem xét đến việc dùng các dụng cụ nắn chỉnh răng hợp lý.

Dân Hoà, ngày 03 tháng 12 năm 2025

Người biên soạn

Lê Thị Lệ