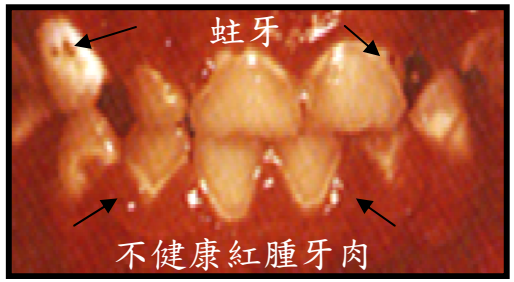
你可以如何檢查嬰兒的牙齒?

每天清潔嬰兒的牙齒和牙肉時:

- ✓ 讓嬰兒的頭躺在你腿上, 然後將嬰兒的嘴唇輕輕張
- ✓ 先檢查上排牙齒的前後，然後再看下排的牙齒
- ✓ 如果在牙齒上見到粉白點、啡色點、或黑點，就要帶嬰兒見牙醫



你應該怎樣做?

到一歲時要帶孩子見牙醫。尋找牙醫建議：

- 問你孩子的醫生介紹一位
- 問你的朋友、親戚、或同事
- 如果你有 Medi-Cal, 打電話給 Denti-Cal: 1-800-322-6384 或上網 www.denti-cal.ca.gov
- 打電話給加州牙醫協會：1-800-CDA-SMILE (232-7645) 或上網 www.cda.org/PublicResources/FindaDentist
- 打電話給你本縣衛生署的兒童健康及殘障預防計劃或上網 www.dhcs.ca.gov/services/chdp

Developed by California Child Health & Disability Prevention (CHDP) Program Oral Health Subcommittee
Revised 6/12/13 Chinese

預防嬰兒和幼兒蛀牙

你想這樣呢?

蛀牙

不健康的孩子

或是

你想這樣呢?

健康牙齒和牙肉

健康的孩子

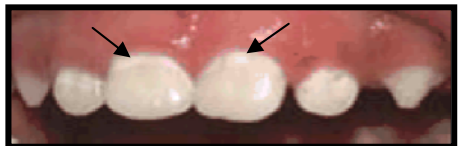
嬰兒的牙齒很重要!

- 咀嚼
- 講話
- 笑容
- 心情愉快
- 活得健康
- 留位置給恒齒

甚麼是蛀牙?

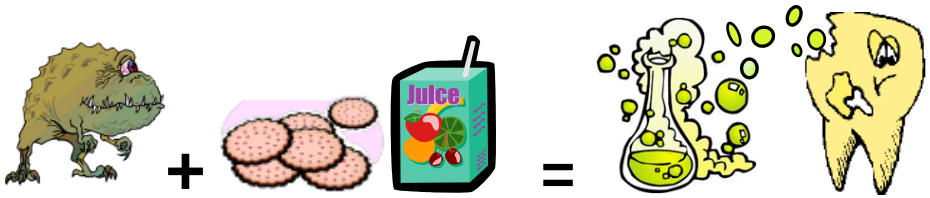
蛀牙是由口腔細菌所引起的疾病

在第一顆牙出現時就可以開始
（牙齒附近的牙肉呈現白綫）



導致牙痛、發炎及可
以毀壞牙齒

蛀牙是怎樣形成的？



細菌 + 糖 = 酸性 ⟶ 蛀牙

細菌吃糖，然後製造酸性。酸性攻擊牙齒。

細菌

導致蛀牙的細菌可以從你的口傳入你孩子的口 .

切勿共用:

- 杯子
- 吸管
- 湯匙及叉
- 牙刷

切勿用你的口來 “舔乾淨” 膠奶嘴

糖

如果糖繼續貼在牙齒上，就會導致蛀牙，尤其是當孩子：

- 啃着奶瓶睡覺
- 整日啜飲杯子或奶瓶

糖隱藏在：

- 乳母、配方奶
- 穀片
- 果汁
- 汽水
- 甜飲品
- 藥物
- 曲奇餅、 餅乾、薯片

你怎樣可以保護嬰兒的牙齒?

照顧你自己的牙齒：

- 每天用含有氟化物的牙膏牙兩次和每日用牙綫
- 每年見牙醫兩次

- 少吃甜的食物和少喝汽永和含出糖的飲品
- 飯後或吃小食後咀嚼含有 “*木糖醇*” 的口香糖

照顧嬰兒的牙齒：

- 奶瓶內只可放母乳或配方奶

將嬰兒放在床上時不可有奶瓶

- 每日用一小點含有氟化物的牙膏刷牙兩次

- 一歲時停止使用奶瓶

- 到一歲大時帶嬰兒見牙醫，之後每六個月帶嬰兒見牙醫
- 向醫生查詢有關 “氟化物” 的資料