

ហេតុអ្វីបានទៅជួបពេទ្យធ្មេញ?

- ក្មេងគ្រប់រូបសក្តិសមនឹងការចាប់ផ្តើមជីវិត ប្រកបដោយសុខភាពល្អ!
- សុខភាពធ្មេញគឺជាផ្នែកសំខាន់មួយនៃសុខភាពទាំងស្រុង!
- បញ្ហាធ្មេញអាចចាប់ផ្តើមតាំងពីជីវិតនៅវ័យក្មេង - តាំងពីធ្មេញទីមួយចេញមកភ្លាមៗ វាងាយស្រួលក្នុងការទប់ស្កាត់ជម្ងឺធ្មេញជាជាងការព្យាបាលវា!
- ក្មេងសាលាបឋមសិក្សា 1 នាក់ក្នុងចំណោម 4 នាក់មានធ្មេញដង្ហូរសុ!



ឈ្មោះគម្រោងរបស់ខ្ញុំ ៖ _____

ឈ្មោះពេទ្យធ្មេញរបស់ខ្ញុំ ៖ _____


លេខទូរស័ព្ទពេទ្យធ្មេញរបស់ខ្ញុំ # ៖ _____

អាសយដ្ឋានពេទ្យធ្មេញរបស់ខ្ញុំ ៖ _____

ដើម្បីធ្វើការណាត់ជួប ទូរស័ព្ទទៅពេទ្យធ្មេញរបស់លោកអ្នក។ បើលោកអ្នកមិនដឹងថាអ្នកណាជាពេទ្យធ្មេញរបស់លោកអ្នកនោះទេ ឬចង់ផ្លាស់ប្តូរពេទ្យធ្មេញ សូមទូរស័ព្ទមកគម្រោងធ្មេញរបស់លោកអ្នកតាមលេខ ៖


1-888-414-4110


1-888-703-6999

 Health Net®
1-800-977-7307

បើលោកអ្នកមានបញ្ហាជាមួយគម្រោងធ្មេញរបស់លោកអ្នក ឬមានបញ្ហាទាក់ទងជាមួយគម្រោងធ្មេញរបស់លោកអ្នក សូមទូរស័ព្ទមក The Department of Managed Health Care តាមលេខ ៖ 1-888-466-2219

បើលោកអ្នកមិនដឹងថាលោកអ្នកនៅក្នុងគម្រោងធ្មេញណាមួយ ឬចង់ផ្លាស់ប្តូរគម្រោងធ្មេញ សូមទូរស័ព្ទមក Health Care Options តាមលេខ ៖ 1-800-430-5005



សុខភាពធ្មេញ
ចាប់ផ្តើមតាំងពី
ធ្មេញទីមួយ
របស់កូនលោកអ្នក

ខោនធី Los Angeles

Department of Health Care Services 

dentalmanagedcare@dhcs.ca.gov

Revision Date 01/2015
DC_0003997_CAM_0115

តើកូនរបស់លោកអ្នកគប្បីជួបពេទ្យធ្មេញនៅពេលណា?

អាយុ 0-1 ឆ្នាំ នៅពេលណា?

លោកអ្នកគប្បីធ្វើការណាត់ជួបពេទ្យធ្មេញលើកទីមួយរបស់កូនលោកអ្នក តាំងពីធ្មេញទីមួយរបស់ពួកគេចេញមក ឬនៅពេលខ្ទប់កំណើតទីមួយរបស់ពួកគេ ជាពេលណាដែលមកដល់មុនគេ។ សូមមើលនៅខាងក្រោយនៃកូនសៀវភៅនេះ សម្រាប់ជំនួយក្នុងការស្វែងរកពេទ្យធ្មេញម្នាក់នៅក្នុងគម្រោងរបស់លោកអ្នក។

ហេតុអ្វី?

ធ្មេញដង្កូវស៊ីអាចចាប់ផ្តើមតាំងពីធ្មេញទីមួយចេញមកម្ល៉េះ ដូច្នេះវាសំខាន់ដែលកូនរបស់លោកអ្នកជួបពេទ្យធ្មេញក្លានីតរហ័សតាមដែលអាចធ្វើបាន។ នៅពេលជួបលើកទីមួយ សូមសួរនូវរបៀបដើម្បីដុសធ្មេញរបស់កូនលោកអ្នក ហើយនិយាយជាមួយពេទ្យធ្មេញរបស់លោកអ្នកអំពីជាតិហ្វ្លូរអ៊ីដ៍ និងរបៀបដែលលោកអ្នកអាចជួយទប់ស្កាត់ជំងឺស៊ីធ្មេញ។

អាយុ 2+ ឆ្នាំ នៅពេលណា?

រៀងរាល់ប្រាំមួយទៅដប់ពីរខែម្តង ឬតាមដែលផ្តល់យោបល់ដោយពេទ្យធ្មេញរបស់កូនលោកអ្នក។

ហេតុអ្វី?

ដល់ពេលក្មេងៗចូលរៀនសាលាមធ្យម 50% គឺមានបញ្ហាធ្មេញរួចហើយ។ ការជួបពេទ្យធ្មេញទៀងទាត់ អាចជួយរកឃើញរោគសញ្ញាដង្កូវស៊ីធ្មេញដំបូងៗ និងបញ្ឈប់ដង្កូវស៊ីធ្មេញថ្មីពីការកើតឡើង។



មានបញ្ហាធ្មេញរួចហើយ។ ការជួបពេទ្យធ្មេញទៀងទាត់ អាចជួយរកឃើញរោគសញ្ញាដង្កូវស៊ីធ្មេញដំបូងៗ និងបញ្ឈប់ដង្កូវស៊ីធ្មេញថ្មីពីការកើតឡើង។

តើលោកអ្នកអាចជួយយ៉ាងដូចម្តេច?

អាយុ 0-1 ឆ្នាំ តើលោកអ្នកអាចជួយយ៉ាងដូចម្តេច?

បើលោកអ្នកឲ្យដបទៅទារកដឹកនៅពេលចូលគេង សូមឲ្យទឹកក្នុងដបបានហើយ - កុំឲ្យទឹកដោះគោ ទឹកដោះគោបំបៅទារក ទឹកផ្លែឈើ ឬទឹកផ្អែម។ ជួតថ្មមៗនូវអញ្ចាញធ្មេញទារករបស់លោកអ្នកជាមួយក្រណាត់លាង រហូតទាល់តែធ្មេញទីមួយចេញមក - បន្ទាប់មកផ្លាស់ប្តូរទៅប្រាសដុសធ្មេញទន់។

អាយុ 1-2 ឆ្នាំ តើលោកអ្នកអាចជួយយ៉ាងដូចម្តេច?

ដុសធ្មេញរបស់កូនលោកអ្នក នៅពេលព្រឹក និងមុនពេលចូលគេងជាមួយថ្នាំដុសធ្មេញជាតិហ្វ្លូរអ៊ីដ៍តិចៗ។ រកមើលសញ្ញាណាមួយនៃធ្មេញមានដង្កូវស៊ីដំបូង (តំបន់ពណ៌ស-ត្នោត នៅលើធ្មេញជិតអញ្ចាញធ្មេញ។) សូមសួរគ្រូពេទ្យផ្នែកសុខភាពរបស់លោកអ្នក ដើម្បីលាបថ្នាំជាតិហ្វ្លូរអ៊ីដ៍ទៅលើធ្មេញរបស់កូនលោកអ្នក នៅពេលពិនិត្យសុខុមាលភាពក្មេងៗ។ កូនរបស់លោកអ្នកគប្បីនឹងដឹកទឹកពីពែងឥឡូវនេះ មិនមែនពីដបនោះទេ។ សូមឲ្យទឹកដោះគោ ឬទឹកផ្លែឈើ នៅពេលម៉ោងបាយប៉ុណ្ណោះ និងផ្តល់ទឹកឲ្យដឹកក្នុងចន្លោះម៉ោងបាយ។

អាយុ 2-6 ឆ្នាំ តើលោកអ្នកអាចជួយយ៉ាងដូចម្តេច?

បន្តដុសធ្មេញរបស់កូនលោកអ្នក រៀងរាល់ពេលព្រឹក និងមុនពេលចូលគេងជាមួយថ្នាំដុសធ្មេញជាតិហ្វ្លូរអ៊ីដ៍ទំហំប៉ុនគ្រាប់សណ្តែក។ ក្មេងៗក្រោមអាយុ 7-8 ឆ្នាំ មិនអាចធ្វើការដុសធ្មេញបានល្អដោយគ្មានការជួយរបស់លោកអ្នកនោះទេ ប៉ុន្តែសូមទុកឲ្យពួកគេហាត់ធ្វើក្រោយពីលោកអ្នកធ្វើគូនាទីរបស់លោកអ្នករួចហើយ។ សូមដាក់កំណត់ទឹក និងអាហារ ដែលមានជាតិស្ករ រៀងរាល់ថ្ងៃ។

អាយុ 6-12 ឆ្នាំ តើលោកអ្នកអាចជួយយ៉ាងដូចម្តេច?

សូមអនុញ្ញាតឲ្យកូនរបស់លោកអ្នកដុសធ្មេញរបស់ពួកគេ ប៉ុន្តែបន្តជួយពួកគេដើម្បីប្រាកដថាពួកគេធ្វើបានល្អ។ សូមជួយពួកគេរូសខ្សែសំអាតធ្មេញមុនគេង។ សូមនិយាយជាមួយពេទ្យធ្មេញរបស់កូនលោកអ្នកអំពីអង្គធាតុស្រោបធ្មេញ និងហ្វ្លូរអ៊ីដ៍ដើម្បីទប់ស្កាត់ជំងឺស៊ីធ្មេញ។ សូមបន្តដាក់កំណត់ទឹក និងអាហារ ដែលមានជាតិស្កររៀងរាល់ថ្ងៃ។

អាយុ 12+ ឆ្នាំ តើលោកអ្នកអាចជួយយ៉ាងដូចម្តេច?

បន្តពិនិត្យមើលកូនរបស់លោកអ្នកដុសធ្មេញយ៉ាងហោចណាស់ពីរដងមួយថ្ងៃ។ សូមដាក់កំណត់ទឹកបំប៉នហាត់កីឡា និងទឹកក្រូច(ស្វដា) និងចៀសវាងកុំដឹកទឹកក្រូចបំប៉នកំលាំងតែម្តង។ សូមនិយាយជាមួយពេទ្យធ្មេញរបស់កូនលោកអ្នកអំពីអង្គធាតុស្រោបធ្មេញ ដើម្បីទប់ស្កាត់ជំងឺស៊ីធ្មេញ និងប្រដាប់ការពារមាត់សម្រាប់ហាត់កីឡា។

នៅអាយុណាក៏បាន តើលោកអ្នកអាចជួយយ៉ាងដូចម្តេច?

លោកអ្នក ជាឪពុកម្តាយ អាចជួយទប់ស្កាត់ជំងឺស៊ីធ្មេញ។ សូមសួរគ្រូពេទ្យផ្នែកសុខភាពរបស់លោកអ្នក ដើម្បីលាបថ្នាំជាតិហ្វ្លូរអ៊ីដ៍ទៅលើធ្មេញរបស់កូនលោកអ្នក នៅពេលពិនិត្យសុខុមាលភាពក្មេងៗ។ សូមកុំប្រើប្រាស់ដុសធ្មេញជាមួយគ្នា។ សូមកុំខ្លាចដើម្បីសួរសំណួរនោះឡើយ។ គ្រូពេទ្យនិងពេទ្យធ្មេញរបស់លោកអ្នកនៅរង់ចាំដើម្បីជួយ។