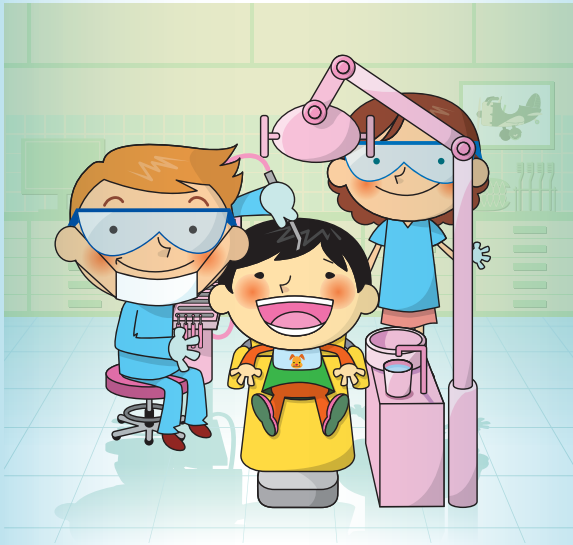


Ինչու՞ ատամնաբույժին այցելել

- Յուրաքանչյուր երեխա արժանի է առողջ սկսելու իր կյանքը:
- Ատամների առողջությունն ընդհանուր առողջության կարևոր մաս է կազմում:
- Ատամների հետ կապված խնդիրները կարող են վաղ սկսվել (առաջին ատամի դուրս գալուն պես): Ատամների հիվանդությունը կանխելը շատ ավելի հեշտ է, քան բուժելը:
- Տարրական դպրոց հաճախող 4 աշակերտից 1-ն ատամնափուտ ունի:



Իմ ծրագրի անվանումը՝ _____

Իմ ատամնաբույժի անունը՝ _____

Իմ ատամնաբույժի հեռախոսի համարը՝ _____

Իմ ատամնաբույժի հասցեն՝ _____

Ժամադրություն ստանալու համար
զանգահարեք Ձեր ատամնաբույժին: Եթե
չգիտեք, թե ով է Ձեր ատամնաբույժը,
կամ ցանկանում եք փոխել Ձեր
ատամնաբույժին, խնդրում ենք
զանգահարել Ձեր ատամնաբուժական
ծրագիր՝ հետևյալ հեռախոսահամարով.

DentaQuest
Benefits provided by California Dental Network
1-833-479-1984

LIBERTY DENTAL PLAN
1-877-550-3875

health net
1-833-493-0428

Եթե խնդիրներ ունեք Ձեր
ատամնաբուժական ծրագրի հետ,
կամ եթե Ձեր ատամնաբուժական
ծրագրի աշխատակիցները Ձեզ լավ
չեն հասկանում, զանգահարեք «The
Department of Managed Health Care»՝
հետևյալ հեռախոսահամարով.
1-888-466-2219

Եթե չգիտեք, թե որ ատամնաբուժական
ծրագրում եք ընդգրկված, կամ ցանկանում
եք փոխել Ձեր ատամնաբուժական
ծրագիրը, խնդրում ենք զանգահարել
«Health Care Options»՝ հետևյալ
հեռախոսահամարով. **1-800-840-5032**



Ատամների
առողջությունը
սկսվում է Ձեր
երեխայի առաջին
ատամի դուրս
գալու պահից

Sacramento-ի շրջանում



Ե՞րբ պետք է Ձեր երեխան ատամնաբույժի այցելի

0-1 տարեկանում

Ե՞րբ

Առաջին անգամ հարկավոր է երեխային
ատամնաբույժի մոտ տանել նրա առաջին ատամը
ծկրելուն պես կամ մինչև նրա առաջին տարեդարձը՝
կախված այն բանից, թե որն է ավելի վաղ տեղի
ունենում: Ձեր ծրագրում ատամնաբույժ գտնելու
հարցում օգնություն ստանալու համար տե՛ս այս
գրքուկի հետևի երեսը:

Ինչու՞

Առաջին ատամի հայտնվելու պես կարող է
դրանում խոռոչ առաջանալ, ուստի կարևոր է
հնարավորին չափ շուտ երեխային առաջին անգամ
ատամնաբույժի մոտ տանել: Առաջին այցելության
ժամանակ հարցրեք, թե ինչպես խոզանակեք
երեխայի ատամները, ատամնաբույժի հետ խոսեք
ֆտորիդի մասին և այն մասին, թե ինչպես կանխեք
խոռոչների առաջացումը:

2+ տարեկանում

Ե՞րբ

Յուրաքանչյուր վեց կամ տասներկու ամիսը
մեկ, կամ ինչպես Ձեր երեխայի ատամնաբույժը
խորհուրդ կտա:

Ինչու՞

Մանկապարտեզի տարիքում երեխաների 50%-
ն արդեն ատամների հետ կապված խնդիրներ



է ունենում:
Կանոնավոր
կերպով
ատամնաբույժին
այցելելով կարելի
է հայտնաբերել
խոռոչների
առաջացման
վաղ նշանները
և թույլ չտալ, որ
նոր խոռոչներ
առաջանան:

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել

0-1 տարեկանում

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել

Եթե քնելուց առաջ երեխային շիշ եք տալիս, ապա
միայն ջուր տվեք (մայրական կամ արհեստական
կաթ, հյութ կամ քաղցր ըմպելիքներ մի՛ տվեք):
Մինչև առաջին ատամի դուրս գալը խավավոր
լաթով մեղմորեն շփեք մանկան լնդերը (ապա
անցեք ատամի փափուկ խոզանակի):

1-2 տարեկանում

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել

Ատամի մի փոքր ֆտորային մածուկով առավոտյան
և քնելուց առաջ խոզանակեք մանկան ատամները:
Ուշադրությամբ զննեք, թե արդյոք խոռոչների
առաջացման նշաններ չկան (կավճաման,
սպիտակ-շագանակագույն հատվածներ
ատամների վրա՝ լնդերի մոտ): Երեխայի
բուժկանխարգելիչ ստուգումների ժամանակ
բժշկին խնդրեք երեխայի ատամներին ֆտորային
լաթ քսել: Երեխան պետք է արդեն ո՛չ թե շշից, այլ
բաժակից խմի: Միայն ուտելու ժամերին կաթ կամ
հյութ տվեք, իսկ դրանց միջև ընկած ժամանակ ջուր
տվեք:

2-6 տարեկանում

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել

Շարունակեք ամեն առավոտ և քնելուց առաջ
ատամի խոզանակի վրա սիսեռի չափ ատամի
մածուկ դնելով մաքրել երեխայի ատամները:
Մինչև 7-8 տարեկան երեխաներն առանց Ձեր
օգնության չեն կարող ինչպես հարկն է խոզանակել
ատամները, բայց երբ Դուք վերջացնեք երեխայի
ատամները մաքրել, թույլ տվեք նրանց ինքնուրույն
փորձել, որ սովորեն: Երեխայի օրաբաժնում
սահմանափակեք շաքարով ըմպելիքները և
կերակուրները:

6-12 տարեկանում

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել

Երեխաներին թույլ տվեք ինքնուրույն
մաքրել ատամները, բայց շարունակեք
օգնել նրանց, որպեսզի լավ անեն դա:
Քնելուց առաջ օգնեք նրանց ատամի թելով
մաքրել ատամների արանքները: Խոռոչների
առաջացումը կանխելու համար երեխայի
ատամնաբույժի հետ խոսեք ծեփանյութերի
և ֆտորիդի մասին: Շարունակեք երեխայի
օրաբաժնում սահմանափակել շաքարով
ըմպելիքները և կերակուրները:

12+ տարեկանում

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել

Շարունակեք օրական առնվազն երկու
անգամ ստուգել, թե ինչպես է երեխան
մաքրում ատամները: Սահմանափակեք
սպորտային և գազով ըմպելիքները
և ամբողջապես բացառեք էներգիան
բարձրացնող ըմպելիքները: Խոսեք
երեխայի ատամնաբույժի հետ
ծեփանյութերի և ֆտորիդի մասին՝
խոռոչների առաջացումը կանխելու
համար, և մարզական խաղերի ժամանակ
պաշտպանական ատամնաշար դնելու
մասին:

Ցանկացած տարիքում

Ինչպե՞ս կարող եք օգնել

Դուք՝ ծնողը, կարող եք օգնել կանխել
ատամի խոռոչների առաջացումը: Երեխայի
բուժկանխարգելիչ ստուգումների ժամանակ
բժշկին խնդրեք երեխայի ատամներին
ֆտորային լաթ քսել: Յուրաքանչյուր երեխա
պետք է իր ատամի խոզանակն ունենա և
միայն ինքն օգտվի դրանից: Մի՛ վախեցեք
հարցեր տալ: Ձեր բժիշկը և ատամնաբույժը
պատրաստ են Ձեզ օգնելու: