Bakit Pupunta sa Dentista?

- May karapatan ang bawat bata sa malusog na pagsisimula sa buhay!
- Mahalagang bahagi ng kabuuang kalusugan ang kalusugang dental!
- Maaring magsimula ang mga problemang dental habang bata pa – sa oras na lumabas ang unang ngipin. Mas madaling iwasan ang dental na sakit kaysa gamutin ito!
- 1 sa 4 na mga batang nasa edad na pang-elementarya ay may nabubulok na ngipin!

Pangalan ng Aking Plan: ____________________

Pangalan ng Aking Dentista: __________________

ng Telepono ng Aking Dentista: ____________

Address ng Aking Dentista: _________________

Para gumawa ng appointment, tawagan ang dentista mo. Kung hindi mo kilala ang dentista mo o nais magpalit ng mga dentista, pakitawagan ang iyong dental plan sa:

Access Dental

1-877-821-3234

Liberty Dental Plan®

1-877-550-3875

Health Net®

1-877-550-3868

Kung nahihirapan ka sa iyong dental plan, o makaugnay ang iyong dental plan, pakitawagan ang The Department of Managed Health Care sa: **1-888-466-2219**

Kung hindi mo alam kung saang dental plan ka kasali o nais mong magpalit ng mga dental plan, pakitawagan ang Health Care Options sa **1-800-576-6890**

Revision Date 01/2015
DC_0003996_TAG_0115

Nagsisimula ang Kalusugang Dental sa Unang Ngipin ng Anak Mo

Sacramento County

Department of Health Care Services

dentalmanagedcare@dhcs.ca.gov

Kailan Dapat Magpatingin ng Anak Mo sa Dentista?

Edad mula 0-1 taong gulang

Kailan?

Dapat kang gumawa ng appointment para sa unang dental na pagpapatingin ng anak mo kapag lumabas ang unang ngipin o sa una nilang kaarawan, alinman ang mauna. Tingnan ang likod ng brochure na ito para sa tulong sa paghahanap ng dentista sa plan mo.

Bakit?

Maaaring magsimula ang mga cavity sa sandaling lumabas ang unang ngipin, kaya mahalagang gawin ang unang dental na pagpapatingin ng anak mo sa lalong madaling panahon. Sa unang pagpapatingin, tanungin kung paano sisipilyuhin ang ngipin ng iyong anak, at kausapin ang dentista mo tungkol sa fluoride at paano ka makakatulong na maiwasan ang mga cavity.

Edad mula 2+ taong gulang

Kailan?

Tuwing anim hanggang labing-dalawang buwan, o ayon sa rekomendasyon ng dentista ng anak mo.

Bakit?

Pagsapit ng panahon na nasa kindergarten ang mga bata, 50% ay may mga problemang dental na. Ang mga regular na pagpapatinging dental ay makakatulong na mahuli ang mga maaagang senyales ng mga cavity at mapapatigil ang pagkakaroon ng mga bagong cavity.

Paano Ka Makakatulong?

Edad mula 0-1 taong gulang

Paano ka makakatulong?

Kapag binigyan mo ang babay mo ng bote sa oras ng pagtulog, tubig lang ang ilagay sa loob ng bote – walang gatas, formula, juice, o mga matatamis na inumin. Marahang punasan ang mga gilagid ng baby mo gamit ang bimpo hanggang lumabas ang unang ngipin – matapos ay lumipat sa malambot na sipilyo.

Edad mula 1-2 taong gulang

Paano ka makakatulong?

Sipilyuhin ang ngipin ng anak mo sa umaga at bago matulog gamit ang maliit na pahid ng fluoride na toothpaste. Maiging hanapan ng anumang senyales ng maagang mga cavity (mala-chalk na puting-brown na bahagi sa ngipin malapit sa mga gilagid). Papahiran ng fluoride varnish sa medikal mong doktor ang ngipin ng anak mo sa mga well-child na checkup. Dapat ay sa tasa na umiinom ang anak mo, hindi na sa bote. Ibigay ang gatas o juice sa oras lang ng pagkain at bigyan ng tubig sa pagitan.

Edad mula 2-6 taong gulang

Paano ka makakatulong?

Patuloy na sipilyuhin ang mga ngipin ng anak mo tuwing umaga at bago matulog gamit ang kasing laki ng gisantes na dami ng fluoride na toothpaste. Ang mga batang mas bata sa 7-8 taong gulang ay hindi mahusay na makakagawa nito nang walang tulong mo, ngunit hayaan silang magsanay matapos mong gawin ang papel mo. Limitahin ang mga maasukal na inumin at pagkain araw-araw.

Edad mula 6-12 taong gulang

Paano ka makakatulong?

Hayaang sipilyuhin ng mga bata ang sarili nilang ngipin ngunit patuloy na tulungan sila upang matiyak na mahusay nila itong nagagawa. Tulungan silang i-floss ang mga ngipin nila bago matulog. Kausapin ang dentista ng anak mo tungkol sa mga dental sealant at fluoride para maiwasan ang mga cavity. Patuloy na limitahin ang mga maasukal na inumin at pagkain araw-araw.

Edad 12+ taong gulang

Paano ka makakatulong?

Patulay na subaybayan ang pagsisipilyo ng anak mo nang hindi bababa sa dalawang beses bawat araw. Limitahin ang mga sports drinks at softdrinks at iwasan nang ganap ang mga energy drink. Kausapin ang dentista ng anak mo tungkol sa mga dental sealant para maiwasan ang mga cavity at tungkol sa mga mouth guard para sa sports.

Sa anumang edad

Paano ka makakatulong?

Ikaw, ang magulang, ay makakatulong na maiwasan ang mga cavity. Papahiran ng fluoride varnish sa medikal mong doktor ang ngipin ng anak mo sa mga well-child na pagpapatingin. Huwag maghiraman ng mga sipilyo. Huwag matakot magtanong. Nariyan ang doktor at dentista mo para tumulong.