

Menjaga kesehatan gigi anak

1. MERAWAT GIGI ANAK ANDA SAMA DENGAN MERAWAT KESEHATAN MEREKA

Mengajarkan kebiasaan kesehatan mulut yang baik sejak kecil sangat penting untuk mencegah gigi berlubang, penambalan, dan penyakit gusi...



Kebersihan mulut yang baik membantu mencegah bau mulut, gigi berlubang, dan sakit gigi



Karies gigi merupakan penyakit kronis yang paling umum terjadi di seluruh dunia, tetapi 90% kasusnya dapat dicegah

... dan memiliki manfaat lebih luas terhadap pendidikan, kepercayaan diri, dan pengembangan sosial



Sekitar 243 juta hari sekolah hilang dalam setahun akibat kesehatan mulut yang buruk



40% anak-anak yang mengalami sakit gigi dalam setahun terakhir merasa kurang percaya diri



Anak-anak yang kurang percaya diri hampir lima kali lebih cenderung menghindari tertenyum dan tertawa karena gigi mereka

Memulai dengan awal yang baik

Lakukan rutinitas menyikat gigi saat gigi pertama anak Anda muncul pada usia sekitar 6 bulan

Ajak anak Anda ke dokter gigi setelah gigi pertama mereka tumbuh, dan paling lambat sebelum ulang tahun pertama mereka

Gunakan pasta gigi berfluorida untuk anak guna membantu mencegah karies gigi

Periksa kadar fluorida di bagian belakang kemasan; anak yang lebih kecil memerlukan lebih sedikit fluorida:

Usia (tahun)	Kadar fluorida (ppm)
0-5	Hingga 500
6-11	Setidaknya 1,000

2. KIAT TERBAIK UNTUK SENYUM LEBAR SETIAP SAAT



Pastikan anak Anda tidak mengonsumsi apa pun setelah menyikat gigi sebelum tidur.



Jangan memberi anak makanan manis atau membiarkan anak Anda tidak menyikat gigi sebagai 'imbalan' perilaku yang baik.



Kurangi makanan atau minuman manis.



Hindari cemilan yang tidak sehat. Sediakan alternative yang sehat, seperti sayur dan buah.

Potong bagian bawah ini dan tempelkan di dinding kamar mandi sebagai pengingat

CARA MENJAGA GIGIMU TETAP SEHAT - PANDUAN BAGI ANAK

Gigimu istimewa, seperti halnya dirimu. Anggap gigimu sebagai keluarga kecil yang harus kamu jaga.

CARA MENYIKAT GIGI

Letakkan pasta gigi sebesar kacang polong pada sikat gigimu



Arahkan sikat gigi menghadap gigi dan gusimu



Sikat dari sisi ke sisi secara melingkar



Sikat permukaan gigi untuk mengunyah dari sisi ke sisi



Sikat permukaan gigi bagian dalam secara melingkar



Sikat permukaan gigi bagian dalam dari atas ke bawah

APA YANG ADA DI DALAM MULUTMU?

Mulutmu memiliki 20 gigi susu. Gigi ini membantumu menggigit dan mengunyah makanan.



20 Gigi Susu

Gigi susumu akan diganti dengan gigi dewasa saat kamu berusia 6 atau 7 tahun.

BUAT DOKTER GIGIMU TERKESAN DENGAN MENGIKUTI LANGKAH HARIAN INI



Sikat gigi pada pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur



Jangan telan pasta gigimu



Buang pasta giginya, dan berkumur satu kali saja



Sikat gigi bersama orang dewasa hingga kamu berusia setidaknya 7 tahun

AJAK ORANG TUAMU BERGABUNG DALAM SERUNYA BERLATIH MENYIKAT GIGI BERSAMA!

Dipersembahkan oleh

