



إرشادات حول تنظيف الأسنان

ARABIA

الانتظام

يجب تنظيف الأسنان صباحًا ومساءً.
يتم تنظيف الأسنان لمدة دقيقتين في كل مرة.
يجب أن تكون لدى الطفل فرشاة أسنان مناسبة لعمره.



تنظيف الأسنان معًا

نظفوا أسنانكم في الوقت نفسه، وأظهروا النموذج للطفل.
يمكنكم السماح للطفل بتنظيف أسنانكم أولاً، وبعد ذلك قد يكون
أكثر استعدادًا لتنظيف أسنانه الخاصة
اجعلوا من تنظيف الأسنان لحظة مشتركة ممتعة.



فلننم بفحص الأسنان

قوموا بفحص الأسنان والتعرف عليها باستخدام المرآة.
كم عدد الأسنان الموجودة؟
قد يكون من الأسهل على الطفل تقبيل وضع الفرشاة في فمه
عندما يراها في المرآة.



العدادات

يمكن تجربة أنواع مختلفة من العدادات التي تساعد الطفل على
متابعة مرور الوقت بسهولة

أمثلة على المؤقتات أو العدادات:
تطبيق Vegemi
تطبيق Time mouser



الوضعية الصحيحة

هل وضعية الطفل مناسبة؟
هل من الأفضل أن يقف أم يجلس؟



الأغاني والأناشيد

ابتكروا معًا أنشودة أو قافية مرتبطة بالأسنان تساعد على طرد الجراثيم.
يمكن العثور على أغاني جاهزة عبر يوتيوب:
أغنية تنظيف الأسنان



الانتظام

الصبر

جو المرح