



Euroopan unionin
osarahoittama

إرشادات حول تنظيف الأسنان

ARABIA





كيف يمكنني مساعدة طفلي؟

الانتظام

يجب تنظيف الأسنان صباحاً 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 استعداداً لتنظيف أسنانه الخاصة

اجعلوا من تنظيف الأسنان لحظة مشتركة ممتعة.



فلانقم بفحص الأسنان

قوموا بفحص الأسنان والتعرف عليها باستخدام المرأة.

كم عدد الأسنان الموجودة؟

قد يكون من الأسهل على الطفل تقبّل وضع الفرشاة في فمه عندما يراها في المرأة.



العَدَادَات

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 والأشيد

ابتكروا معاً أنشودة أو قافية مرتبطة بالأسنان تساعد على طرد الجراثيم.

يمكن العثور على أغاني جاهزة عبر يوتيوب:
أغنية تنظيف الأسنان



تذكّر ما يلي:



الانتظام

الصبر

جو المرح



Euroopan unionin
osarahoittama

مشروع نييٌتو 2 (Niitty) 2023 - 2026 معاً من أجل حياة يومية جيدة للعائلات المهاجر



معلومات إضافية عن المشروع
projects.tuni.fi/niitty2

الصور: www.canva.com

بوابة المواد المعلوماتية العائلية:
tuni.fi/perheinfo



Pirkanmaan
hyvinvointialue

