

Santé dentaire

La santé dentaire est importante pour le développement global des jeunes enfants. Les parents jouent un rôle essentiel pour s'assurer que les dents de leurs enfants sont en bonne santé.

VOICI CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE :



NE LAISSEZ PAS LES BÉBÉS S'ENDORMIR EN BUVANT AU BIBERON

- S'endormir avec un biberon contenant du jus ou du lait dans la bouche est la cause principale de carie dentaire chez les jeunes enfants.
- Ces derniers ne doivent pas aller se coucher avec un biberon sauf s'il contient de l'eau.



BROSSEZ-LEUR LES DENTS DÈS QU'ELLES COMMENCENT À SORTIR

- Les maladies dentaires peuvent apparaître dès leur plus jeune âge, alors commencez à broser les dents de votre enfant dès qu'elles commencent à sortir (généralement vers six mois).
- Si possible, utilisez une petite quantité de dentifrice au fluor. Pour les enfants de deux ans et moins, utilisez une petite quantité de dentifrice de la taille d'un grain de riz ; pour les enfants de trois ans et plus, de la taille d'un petit pois.



COMMENCEZ À UTILISER LE FIL DENTAIRE TÔT

- Lorsque les dents d'un enfant commencent à se toucher (généralement entre deux et six ans), il est bon de commencer à utiliser du fil dentaire, si cela est possible.
- Le fil dentaire permet d'enlever les petits morceaux de nourriture des zones que les brosses à dents ne parviennent pas à atteindre.
- Il est important que les enfants s'habituent au fil dentaire dès leur plus jeune âge.



ÉVITEZ LES EN-CAS ET LES BOISSONS SUCRÉS

- Le fait de grignoter souvent des aliments sucrés endommage la couche externe des dents et entraîne la formation de caries.
- Si les caries ne sont pas traitées, elles peuvent provoquer des douleurs et de graves infections.



CONSULTEZ UN DENTISTE RÉGULIÈREMENT

- Les dentistes peuvent identifier et traiter les petits problèmes avant qu'ils ne deviennent plus graves.
- Si nécessaire, cherchez des cliniques dentaires peu coûteuses ou gratuites dans votre région.

