

বাচ্চাদের মুখের স্বাস্থ্য

আপনি জানেন যে, আপনার বাচ্চার সুন্দর একটি জীবন শুরু করার জন্য তাকে স্বাস্থ্যকর খাবার দিতে হয়। আপনি কি জানেন প্রথম দাঁত দেখা যাওয়ার সাথে সাথেই মুখের স্বাস্থ্যের যত্ন শুরু করা গুরুত্বপূর্ণ? চাবানো, কথা বলা এবং বড় হলে দাঁতের জন্য জায়গা করার জন্য বাচ্চাদের সুস্থ দাঁতের প্রয়োজন।

আপনার বাচ্চার দাঁত এবং মাড়ি সুস্থ রাখার জন্য পরামর্শ:

- প্রতিবার খাওয়ানোর পর আপনার বাচ্চার মাড়ি পরিষ্কার করুন, এমনকি প্রথম দাঁত দেখা যাওয়ার আগে থেকেই
- আপনার বাচ্চার প্রথম দাঁত উঠলে, ফ্লোরাইড টুথপেস্টের নরম দলা দিয়ে প্রতিদিন দু'বার ব্রাশ করে দিন
- নরম ব্রাশের টুথব্রাশ ব্যবহার করুন
- দাঁতের সামনে এবং পিছনের দিক ব্রাশ করে দিন
- মিষ্টি খাবারের মধ্যে, যেমন মধু, চিনি বা সিরাপের মধ্যে চুষণি ডুবিয়ে রাখবেন না
- আপনার সন্তানের প্রথম জন্মদিনের আগেই তার দাঁতের এপয়েন্টমেন্ট করে নিন



আনুমানিক ৬ মাস বয়সে আপনার বাচ্চার প্রথম দাঁত উঠতে শুরু করবে। সাধারণত দুই বছর বয়সের মধ্যে বাচ্চার সকল দাঁত ওঠে। বাচ্চা বয়সের এই দাঁত আনুমানিক ৬ বছর বয়সে ঢিলে হয়ে স্থায়ী দাঁতের জায়গা করে দেয়। যত আগে আপনি আপনার বাচ্চাকে মুখের সুস্বাস্থ্য সম্পর্কে শেখাবেন, তাদের বিকাশের সাথে সাথে মুখের ভাল স্বাস্থ্য পরিচর্যা অব্যাহত রাখতে ততোই সহজ হবে।

বেবি বটল-এর কারণে দাঁতের ক্ষয় একটি গুরুতর সমস্যা।
ফর্মুলা, দুধ বা জুসের বোতলসহ আপনার বাচ্চাকে
বিছানায় শোয়াবেন না।



২০১৪ সনে, মেকম্ব কাউন্টি হেলথ ডিপার্টমেন্ট কমিউনিটিতে মুখের স্বাস্থ্যের আরো উন্নতির জন্য প্রচারণার জন্য সকল কমিউনিটি গ্রুপের সহায়তার প্রয়োজনীয়তার ক্রমবর্ধমান চাহিদা লক্ষ্য করে। ফলে ২০১৫ সনে, মেকম্ব কাউন্টি ওরাল হেলথ কোয়ালিশন (MCOHC) স্থাপিত হয়। মেকম্ব কাউন্টিতে মুখের স্বাস্থ্যের উন্নতির লক্ষ্যে একসাথে কাজ করার জন্য এই কোয়ালিশনে বারোটির অধিক সংস্থার প্রতিনিধিত্বকারী সদস্য রয়েছে।

রূপকল্প:

মেকম্ব কাউন্টির সকল বাসিন্দা ভাল মানের এবং সুলভে মুখের স্বাস্থ্যের পরিষেবা লাভ করবে এবং মুখের স্বাস্থ্যের বিষয়টি তাদের সার্বিক স্বাস্থ্য এবং কল্যাণের সাথে সমন্বিত থাকবে।

লক্ষ্য:

মেকম্ব কাউন্টি ওরাল হেলথ কোয়ালিশনের লক্ষ্য হচ্ছে মেকম্ব কাউন্টির সকল মানুষের মুখের স্বাস্থ্যের উন্নতি সাধন।

আরো জানুন এবং মুখের স্বাস্থ্য সংক্রান্ত রিসোর্স দেখুন:

health.macombgov.org/health-OralHealthCoalition

586-463-1254

মিশিগান ডেন্টাল এসোসিয়েশনের মাধ্যমে আপনার নিকটস্থ দাঁতের ডাক্তার খুঁজে নিন:

www.smilemichigan.com