



**Edikasyon
sou Sante
Bouch** pou
Timoun ki Gen
Laj pou Ale
Lekòl



CAMBRIDGE
**Healthy
Smiles**





Pwogram Healthy Smiles Cambridge la



Dan karye se maladi kwonik ou jwenn pi souvan kay timoun. Timoun yo sibi jennman ki pa nesèsè poutèt dan karye, ki limite jan yo manje, pale, ak aprann. Move sante nan bouch ap gen konsekans sou sante global yon timoun. Bon nouvèl sou dan karye a se ou ka anpeche li avèk bon ijyèn nan bouch, bon alimantasyon, ak vizit regilyèman chak sis mwa kay dantis pou netwayaj, fliyòrid, ak selan.



Pwogram Healthy Smiles Cambridge la ofri evalyasyon dantè gratis ak edikasyon sou sante bouch nan klas pou tout elèv jadendanfan, 1ye, 3yèm, 6yèm, ak 9yèm ane nan Lekòl Piblik Cambridge yo (Cambridge Public Schools, CPS). Cambridge Healthy Smiles jwenn anpil anpil siksè nan idantifye timoun nan Cambridge ki gen risk pou yo fè maladi dantè epi nan voye yo fè tretman nan kabinè dantis bò lakay yo nan Cambridge. Bi pwogram nan se touche tout elèv yo gras a yon kourikoulòm ki adapte a laj yo epi ki reflekte divèsite elèv yo.

Lè gen plis sansibilizasyon ki fèt sou zafè sante bouch la sa ap mennen pi bon sante global pou elèv yo ak fanmi yo.

Enfimyè lekòl ak lyezòn ak fanmi yo jwe yon wòl enpòtan nan travay avèk oksilyè dantè lekòl la. Pwogram Healthy Smiles la espere pou tout elèv nou yo fè efò pou gen bon ijyèn nan bouch sa k ap kontribye nan reyisit yo pou ane lekòl la.

Evalyasyon Dantè nan Lekòl CPS



Pwogram nou an ap fè yon Evalyasyon Sante Bouch gratis pou pitit ou a nan lekòl li. Rezilta evalyasyon an ap ede mete nou okouran sante bouch chak elèv avèk lespwa pou amelyore sante global tout elèv ki nan Lekòl Piblik Cambridge yo.

Tout elèv **premye, twazyèm, sizyèm, ak nevyèm** ane ki nan CPS gen pou suiv yon leson nan saldeklas sou ijyèn nan bouch chak ane, apre sa yo gen pou yo fè yon evalyasyon dantè. N ap prezante leson sou sante bouch la nan saldeklas la semèn anvan evalyasyon an, sa k ap ede timoun yo vin alèz avèk pèsònèl dantè a anvan evalyasyon dantè a. Jou leson an, n ap voye timoun yo lakay yo avèk yon sak ki gen ladan l bwòs dan, pat dan, ak enfòmasyon sou ijyèn nan bouch pou paran yo li, avèk rekòmandasyon pou sante bouch pou chak laj.

Tout elèv yo ap patisipe nan klas, epi timoun yo ap santi yo enkli lè yo vini pou evalyasyon dantè de (2) minit yo a. N ankouraje timoun yo pou yo poze kesyon sou dan pandan egzamen yo an. Evalyasyon sante dantè nou an ap gen ladan l yon egzamen dan ak bouch chak timoun. **Egzamen senp sa a ki pa gen antre andedan ladan l fèt avèk yon miwa dantè.** Ou gen dwa pa remake dan karye a li lè li fèk kòmanse, se poutèt sa se pwofesyonèl dantè fòmè ki fè evalyasyon sa a. Paran ki gen elèv yo ki bezwen swen dantè ap resevwa yon referans pou fè suivi. Pwogram Healthy Smiles la ap ede fanmi yo jwenn yon dantis. Menm si pitit ou a gen yon dantis, gen avantaj lè ou kite pitit ou a patisipe nan klas li nan Evayasyon Healthy Smiles la pou amelyore sante global lekòl pitit ou a.



Konklizyon Evalyasyon Dantè nan Lekòl la



Pwoblèm dantè yo ka kache, yon timoun kenbe bouch li fèmen donk granmoun yo pa ka wè doulè a oswa pwoblèm nan. Yon evalyasyon nan bouch ap idantifye yon timoun ki gen bezwen. Se yon bagay ki pwouve deja, yon timoun ki gen doulè:

- Pa ka suiv nan klas, li distrè poutèt li malalèz.
- Pa ka aprann ak tout kapasite li, pa kapab absòbe.
- Manke kapasite pou li fè tès byen.

Evalyasyon an ofri yon apèsi sou popilasyon an, sa ki ede fè yon evalyasyon sou popilasyon global la. Yon evalyasyon sante bouch ka idantifye pwoblèm nan kòrèkteman epi jwenn yon solisyon gras a referans ki apwopriye. Evalyasyon an ap idantifye yon bezwen epi kòmanse pwosesis la pou yon bouch an sante pou tout timoun CPS yo.



Edikasyon Bonè:



Pami tout preparasyon enpòtan pou jounen lekòl la, gen kenbe yon bouch an sante. Dan karye se maladi kwonik ou jwenn pi souvan kay timoun. Timoun yo sibi doulè ak soufrans san nesosite poutèt dan karye.

Bon nouvèl sou dan karye a se ou ka anpeche li avèk yon alimantasyon ki bon pou lasante, bon ijyèn nan bouch, ak lè ou kenbe yon abitud swen dantè avèk fliyorid ak selan. Li enpòtan pou kòmanse nan jadendanfan ak ti klas yo pou pitit ou a ka aprann enpòtans yon bouch an sante.

Enpòtans yon Bouch Ki an Sante:

Dan ede nou manje, pale, chante, ak souri.

Jansiv ak dan an sante ede dan yo rete anplas.

Bò figi yo, pobouch yo, ak palèt la esansyèl pou moulen ak pale.

Lang nan ede nou pale ak goute manje.

Dan lèt yo kenbe espas nan machwè a pou dan pèmanan yo devlope anba jansiv la.

Dan lèt ki rache (wete) twò bonè ka lakòz dan pèmanan yo kwochi.

Manje yo divize an kole ak krip dapre efè yo sou dan yo, lè yo nan bouch la èske yo netwaye dan yo oubyen èske yo kole sou dan yo epi alimante kalkè a, sa ki ankouraje twou nan dan?

Rense bouch ou avèk dlo lè ou fin manje si ou pa gen bwòs. Sa pote manje a ak kalkè a (mikwòb ki nan bouch la) ale.





Bwose ak pase fil dantè nan ni dan primè yo (dan lèt yo) ni dan pèmanan yo enpòtan pou pwoteje ak kenbe dan yo sante. Pase fil dantè ede wete manje ak bakteri nan mitan dan yo ak nan kote bwòs dan an pa ka rive. Bon sante bouch vle di bwose de (2) fwa pa jou avèk pat dan ki gen fliyorid anvan lekòl ak anvan lè dòmi. Tanpri ankouraje pitit ou a pou li bwose li dan ak pase fil dantè chak jou. Bon swen bouch la ap ede pitit ou a anpeche mikwòb.



Edikasyon Primè



Li enpòtan pou pitit ou a nan ane primè li yo aprann kijan twou fòmè nan dan ak ki manje ki bon pou lasante pou kenbe yon bouch ak yon kò an sante.

Pwosesis Dan Karye a

Kalkè (bakteri nan bouch la) toutotou dan yo sèvi ak mòso manje pou fè asid.

Lè ou manje oswa fè ti goute souvan sa lakòz gen twòp atak asid.

Atak asid yo dekonpoze estrikti emay dan an sa ki mennen dan karye.

Kari an ap kontinye simaye fon nan estrikti dan an epi l ap lakòz yon twou si yon dantis pa sispann pwosesis kari an.

Manje yo divize an kole ak krip dapre efè yo sou dan yo, lè yo nan bouch la èske yo netwaye dan yo oubyen èske yo kole sou dan yo epi alimante kalkè a, sa ki ankouraje twou nan dan?

Rense bouch ou lè ou fin manje si ou pa gen bwòs. Sa pote manje a ak kalkè a (mikwòb ki nan bouch la) ale.

Li enpòtan pou fè chita pale sou sijè ki pi wo la a yo ni lakay ou ni nan lekòl la. Tanpri ankouraje pitit ou a pou li bwose dan li ak pase fil dantè chak jou. Li rekòmande pou pitit ou a wè yon dantis pou egzamen ak netwayaj bouch de (2) fwa pa ane pou anpeche pwoblèm dantè ki p ap kite elèv ou a aprann ak tout kapasite li.



Siwote, Sekwe, Vale



Inisyativ Boutèy Dlo nan Saldeklas la: Poukisa Dlo a?

Dlo fliyorize piblik Cambridge la se pi bon bwason pou kenbe bouch ou an sante. Elèv yo pa kapab bwose dan yo nan lekòl la donk bwè dlo se pi bon opsyon an apre sa.

Dlo a ede rense kalkè a ak asid ki lakòz twou nan dan.

Dlo a ede rense manje ki se sous alimantasyon kalkè a.

Dlo ki gen fliyorid ranfòse dan yo.

Dlo a idrate timoun yo epi kenbe timoun yo an sante.

Siwote, Sekwe, Vale

Lè w ankouraje itilizasyon boutèy dlo nan saldeklas la, sa montre elèv la ke lè ou bwè dlo sa bon pou bouch ou ak kò ou, epi kenbe ou an sante. Elèv ki an sante aprann pi byen.

Boutèy dlo yo bay nan saldeklas 1^{ve} ak 3^{yèm} ane yo pou Inisyativ Healthy Smiles la se Charles Bullock Trust Fund ki pote yo pou kore sante bouch timoun ki gen laj pou ale lekòl nan Cambridge.





Manje ak Goute ki Bon pou Dan nan Lekòl la

Chwazi fwi ak legim pou manje midi oswa goute ki krip epi ki ede netwaye dan yo pandan w ap manje epi ki pa gen anpil sik. Se sa ki pi bon apre bwose dan ou.

Lèt, ak lòt pwodui letye tankou fwonmaj ak yogout, pa gen anpil sik, sa ki yon bon bagay pou sante dan ou. Anplis de sa, yo gen pwoteyin epi yo plen kalsyòm, ki ka ede ranfòse dan ou.

Bonbon sèl, chip, ak pen kole nan dan yo lè yo vin an kontak ak saliv ki nan bouch la epi yo rete pi lontan sou dan yo, sa ki alimante kalkè ki favorize twou a. Lè ou manje yon fwi oswa legim krip, epi apre sa ou bwè dlo, sa ap ede netwaye dan yo, wete manje kole yo.



Lè Dan Ou an Sante, Ou an Sante Pandan Ou Nan Lekòl la



Siwote, Sekwe epi Vale avèk dlo apre
tout goute epi apre manje midi.



Pote **goute ki bon pou lasante** nan lekòl la ki p ap
kole sou dan ou epi k ap netwaye dan ou tou.



Bwè **dlo** pandan jounen lekòl la pou rete an sante.



Pa mete **men** ou (mikwòb yo) nan bouch ou.



Jwe avèk dan w k ap souke a avèk **lang** ou.



Di pwofesè ou sa si ou gen yon dan
oswa yon bagay nan bouch ou ki
deranje ou.

**Siwote,
Sekwe,
Vale**



Cambridge
Public Health
Department

Edikasyon Pre-Adolesan



Pre-adolesan w lan pral fè chwa k ap enfliyanse sante bouch li epi k ap gen konsekans sou sante global li. Li gen dwa ekspoze a plis faktè risk e l ap bezwen fè bon chwa eklere.

Bouch la enpòtan pou Kò a

Enpòtans Kenbe yon alimantasyon ki bon pou lasante, ki pa gen anpil sik, ak pa pran goute souvan.

Enpòtans Bwose de (2) fwa pa jou ak pat dan ki gen fliyòrid ak pase fil dantè anvan lekòl ak anvan lè dòmi. Sa enpòtan sitou pou sa ki gen aparèy dantè yo.

Konsyans ijyèn pèsònèl nan bouch, movezalèn, ak evite ekspoze a mikwòb ki bay maladi.

Evite Faktè Risk yo- tabak, sigarèt elektwonik, alkòl ak dwòg ilegal.

Enpòtans bwè dlo nan lekòl la, apre manje midi pou sante dantè ak pou rete idrate.

Enpòtans mete ekipman pwoteksyon tankou pwoteksyon pou dan, pwoteksyon pou figi ak kas pou aktivite espòtif yo.

Li enpòtan pou fè chita pale sou sijè ki pi wo la a yo ni lakay ni nan lekòl la. Tanpri ankouraje pitit ou a pou li bwose dan li ak pase fil dantè chak jou. Li rekòmande pou pitit ou a wè yon dantis pou egzamen ak netwayaj bouch de (2) fwa pa ane pou anpeche pwoblèm dantè ki p ap kite elèv ou a aprann ak tout kapasite li.

Edikasyon Adolesan



Adolesan yo pare pou yo konprann enpòtans yon bouch an sante ak pou yo responsab ijyèn pèsònèl yo. Lis ki pi ba a gen ladan l sèten nan sijè nou pral chita pale sou yo ak pitit ou a.

Kenbe Dan ou pou Lavi:

Kijan sante bouch gen efè sou tout kò a.

Pwosisyon dan karye a.

Enpòtans Kenbe yon alimantasyon ki bon pou lasante, ki pa gen anpil sik, ak pa pran gouste souvan.

Enpòtans yon abitud bwose de (2) fwa pa jou ak pat dan ki gen fliyorid epi pase fil dantè.

Konsyans ijyèn pèsònèl nan bouch, movezalèn, ak evite ekspozè a mikwòb ki bay maladi.

Evite Faktè Risk yo- tabak, sigarèt elektwonik, alkòl ak dwòg ilegal.

Enpòtans bwè dlo nan lekòl la, apre manje midi pou sante dantè ak pou rete idrate.





Enpòtans mete ekipman pwoteksyon tankou pwoteksyon pou dan, pwoteksyon pou figi ak kas pou aktivite espòtif yo pou anpeche donmaj nan dan ak chòk nan sèvo.

Enpòtans pou w gen yon dantis ou wè regilyèman.

Li enpòtan pou fè chita pale sou sijè ki l pwo la a yo ni lakay ou ni nan lekòl la. Tanpri ankouraje pitit ou a pou li bwose dan li ak pase fil dantè chak jou. Li rekòmande pou pitit ou a wè yon dantis pou egzamen ak netwayaj bouch de (2) fwa pa ane pou anpeche pwobèm dantè ki p ap kite elèv ou a aprann ak tout kapasite li.



Chwazi Dlo kòm Bwason, l ap ede ou Reflechi!



Inisyativ Boutèy Dlo nan Saldeklas la: Poukisa Dlo a?

Dlo fliyorize piblik Cambridge la se pi bon bwason pou kenbe bouch ou an sante. Elèv yo pa kapab bwose dan yo nan lekòl la donk bwè dlo se pi bon opsyon an apre sa.



Dlo a ede rense kalkè ak asid ki lakòz twou nan dan.

Dlo a ede rense manje ki se sous alimantasyon kalkè a.

Dlo ki gen fliyorid ranfòse dan yo.

Dlo a idrate timoun yo epi kenbe timoun yo an sante.

Siwote, Sekwe, Vale

Lè w ankouraje itilizasyon boutèy dlo nan saldeklas la, sa montre elèv la ke lè ou bwè dlo sa bon pou bouch ou ak kò ou, epi kenbe ou an sante. Elèv ki an sante aprann pi byen.

Boutèy dlo yo bay nan saldeklas 6^{yèm} ak 9^{yèm} ane yo pou Inisyativ Healthy Smiles la se Charles Bullock Trust Fund ki pote yo pou kore sante nan bouch timoun ki gen laj pou ale lekòl nan Cambridge.

Manje ak Abitid ki Bon pou Dan nan Lekòl la

Chwazi fwi ak legim pou manje midi oswa pou goute. Ajoute kalsyòm nan alimantasyon ou - Lèt, ak pwodui letye tankou fwonmaj ak yogurt. Kenbe sistèm iminitè kò ou fò avèk bon ijyèn pèsònèl nan bouch, bwose dan ou ak pase fil dantè de (2) fwa pa jou. Sonje mete pwoteksyon pou dan epi lave ak konsève li byen apre chak evènman espòtif. Evite bwason pou espòtif ki gen anpil sik, olye de sa chwazi dlo pou idrate tèt ou pandan w ap jwe espò w lan.



Bon Sante nan Bouch

Mennen Bon Sante Global



Kijan pou w ede pitit ou a lè li malad anba grip oswa refwadisman pou kenbe bouch li an sante!

Kontinye ak abitud swen bouch kotidyen pitit ou a menm lè li malad.

Bwose de (2) fwa pa jou.

Pase fil dantè lèswo oswa nan maten.

Chanje bwòs la lè li fè mye.

Ki pwoblèm bouch ou genyen lè ou malad:

Vaporizatè nen, medikaman pou tous ak refwadisman ka fè bouch ou sèch.

Vomi pa bon pou dan ou paske li asid.

Mikwòb ki nan tous ou ak nan bouch ou ka fè rèz kò ou ak lòt moun vin malad.

Kijan pou Ede avèk Bouch Sèch

Bwè Anpil Dlo!

Sekwe epi krache avèk dlo lè ou fin vomi.

Sèvi ak yon Imidifikatè oswa ak yon Vaporizatè pou ede lè sèch la pandan ivè a pou sispann ak zafè bouch sèch la.

Si pitit ou a gen laj pou grenn tous - nou rekòmande grenn tous ki san sik (Tankou Xylitol).





Idrate, Idrate, Idrate pandan Maladi!

Dlo – kenbe yon timoun idrate epi voye asid ki lakòz twou nan dan yo ale. Si doktè w lan rekòmande bwason ki pi ba la a- apre sa pran dlo pou wete sik yo sou dan an.

Pedialyte- ranplase fliyid ak mineral.

Bwason pou espòtif san sik ka bay timoun nan plis enèji.

Li ka pran ji ki pa gen anpi sik men pa anpil.

Ti Konsèy pou Sante nan Bouch pou Lè Ou Malad



Kontinye ak abitud swen bouch kotidyen ou, menm lè ou malad.

Men kèk rekòmasyon pou lasante pou ede ou kenbe bouch ou an sante. **TOUJOU** lave men ou anvan ou kòmanse bwose.

Bwose de (2) fwa pa jou avèk yon bwòs ki gen pwal dous ki ka rive nan tout zòn nan bouch ou fasil.

Sèvi ak yon pat dan ki gen fliyòrid ke Asosyasyon Dantè Ameriken an (American Dental Association, ADA) aksepte.

Bwose anwo, anba, devan, dèyè, anedan, ak andeyò tout dan yo.

Bwose jansiv yo ak dan yo ak mouvman an won, tankou masaj.

Kantite pat dan an dwe gwose yon ti pwa pou granmoun ak timoun ki gen plis pase 3 zan.

Bwose pandan de (2) minit.

Bwose lang ou.

Pase fil dantè yon fwa pa jou. Si ou pa t konn pase fil dantè chak jou, ou te mèt kòmanse fè sa kounye a. Lè ou pase fil dantè sa netwaye manje ak mikwòb ki nan mitan dan ou yo. Men kijan pou w pase fil dantè a:

Rale 18 a 24 pous fil dantè soti nan woulo fil dantè a.

Vlope bout fil dantè a toutotou endèks ou ak majè ou.





Kenbe fil dantè a sere toutotou chak dan nan yon fòm C; fè fil dantè a monte-desann sou kote chak dan plizyè fwa.

Ou ka sèvi ak yon sipò fil dantè si ou gen pwoblèm pou sèvi ak fil dantè a oswa pou pase fil dantè nan dan yon timoun.

Jete fil dantè a oswa sipò fil dantè a chak fwa ou fin sèvi avè l epi lave men ou.

Rensbouch p ap anpeche viris, men l ap ede touye mikwòb ki ka lakòz bouch la pa an sante. Rense avèk yon rensbouch antimikwòb ki gen apwobasyon ADA pou laj 12 an pou pi piti.



Ti Konsèy pou Lè Ou Malad (2)



Anpeche mikwòb yo simaye

Rense bwòs dan w lan byen chak fwa ou fin bwose, avèk dlo cho.

Lè ou fin rense bwòs dan w lan, mete li kanpe epi kite li seche. Kite bwòs dan w lan seche alè anvan ou mete li nan plas li. Kenbe bwòs dan w lan separe, li pa dwe manyen bwòs lòt moun nan fanmi an.

Pou evite simaye mikwòb, bay chak manm nan fanmi an pwòp tib pat dan pa li ak pwòp woulo fil dantè pa li.

Si ou malad—oswa vin malad—, chanje bwòs dan ou lè ou fè mye. Chanje bwòs dan omwen chak twa mwa.

Pa bliye kenbe aparèy dantè ou ka wete yo pwòp (tankou fè ak ratelye). Bwose yo tou epi suiv pwotokòl kabinè dantè w lan rekòmande a pou konsève yo.

Jete fil dantè a oswa sipò fil dantè a chak fwa ou fin sèvi avè l epi lave men ou.

Idrate tèt ou avèk dlo tiyo fliyorize Cambridge la

Dlo se pi bon bwason pou kenbe sante nan bouch ou. Bwè dlo bon pou bouch ou ak kò ou, li kenbe ou an sante. Dlo tiyo Cambridge la gen fliyorid ladan l, ke yo rele “zam lanati kont twou nan dan.”



Ti Konsèy pou Lè Ou Malad (3)



Goute ki bon pou dan

Kenbe goutte ki bon pou lasante ki pa gen anpil sik epi ki p ap kole sou dan ou. Limit kantite fwa oumenm oswa pitit ou a pran goutte chak jou. Lè ou lakay ou sa gen kòm avantaj ou ka toujou bwose dan ou lè ou fin manje!

Abitid pou evite ki gen dwa bay pwoblèm dantè

Evite abitud riske ki pa bon pou sante bouch ou epi ki gen dwa ogmante chans ou pou trape oswa refè anba viris tou. Men kèk egzanp abitud riske sa yo:

Itilizasyon Sigarèt elektwonik/Juul

Alkolis

Fimen tabak

Toksikomani

Konsiderasyon espesyal pou moun ki gen pwoblèm sante kwonik

Bonjan swen dantè lakay enpòtan pou moun ki gen pwoblèm medikal kwonik epi ki gen pi gwo risk fè maladi jansiv. Pami pwoblèm sante sa yo gen dyabèt, maladi kè, opresyon, ak lòt toujou ki ka antrave sistèm iminitè ou. Moun ki gen pwoblèm sante sa yo gen pi gwo risk tou pou yo vin malad grav anba COVID-19.

Rele kabinè dantis ou

Si ou panse ou gen yon pwoblèm dan ki pa ka tann, rele kabinè dantis ou touswit, epi y ap di ou ki tretman ki pi bon.



Mete Pwoteksyon pou Dan Lè W ap Jwe Espò



Yon pwoteksyon pou dan se yon aparèy pwoteksyon ki tankou kawoutchou ou mete sou dan anwo ou yo epi ki ede anpeche ou donmaje dan ou, pobouch ou, bò figi ou, ak lang ou. Lè w ap jwe espò w lan, yon pwoteksyon pou dan ka ede anpeche ou pèdi dan epi li gen dwa redui risk pou w kase machwè ou ak/oswa pou pran chòk nan sèvo oswa fè sa mwen grav.

Nou rekòmande pwoteksyon pou dan anpil pou tout moun k ap patisipe nan espò kote gen dwa gen risk donmaj nan machwè, nan dan, oswa nan tèt. Asosyasyon Dantè Ameriken an ankouraje itilizasyon pwoteksyon pou dan sou mezi. Rele dantis ou pou jwenn plis enfòmasyon.

Pran swen pwoteksyon pou dan w lan

Anvan ak apre chak itilizasyon, ou dwe netwaye pwoteksyon pou dan yo avèk dlo savon frèt oswa avèk yon rensbouch antibakteri. Tanponnen pou seche.

Ou dwe konsève pwoteksyon pou dan yo nan veso plastik di, ki pou netwaye tou.

Chanje pwoteksyon w lan lè li chire oswa si gwochè machwè ou oswa pozisyon dan ou chanje sa ki fè pwoteksyon an pa byen chita ankò.





Ijans Dantè



Pa ezite rele kabinè dantis ou a si ou gen bagay k ap trakase ou.

Lang, Pobouch oswa Bò Figi ki Koupe oswa Mòde: Toudabò, netwaye zòn nan dousman avèk dlo. Apre sa, mete yon konprès frèt sou zòn ki gen pwoblèm nan pou ede kontwòle ak minimize anfleman. Si kote a ap senyen, mete ti presyon avèk yon mòso twal gaz oswa twal nòmal pwòp.

Dan Tibebe ki Rache Anba Chòk: Ou gen dwa oblije rele kabinè dantis ou. Li itil pou w konsève li epi pote li nan randevou a pou yo ka verifye tout dan an sòti.

Dan Pèmanan ki Rache Anba Chòk: Si pitit ou a gen yon oswa plizyè dan pèmanan ki rache anba chòk, se yon pwoblèm dan ki pa ka tann. Si ou ka jwenn dan an, manyen li nan kouwòn sèlman, epi evite manyen rasin nan. Bagay ki pi enpòtan an se sonje dan an bezwen rete mwat. Apre sa, al kay dantis ou touswit.

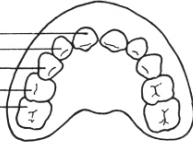
Absè nan Dan: Yon absè nan dan se yon enfeksyon ki fè mal anpil ki fòme andedan rasin yon dan. Li kreye yon pòch pi ki, si li pa trete, ka mennen yon varyete pwoblèm sante. Rele kabinè dantis ou.

Plonbaj ki Pèdi oswa ki Lach: Si pitit ou a gen plonbaj, yo ka lache, deplase, oswa menm pèdi. Si sa rive, rele dantis ou touswit. Depi yon plonbaj soti nan pozisyon nòmal li, li ekspozè dan ki san pwoteksyon an anba li. Sa ka mennen anpil anpil sansibilite nan zòn ki gen pwoblèm nan. Li enpòtan pou fè ranplase plonbaj la kou sa posib.

Suiv Jan Dan Ou Chanje Soti nan Dan Lèt Rive nan Dan Granmoun

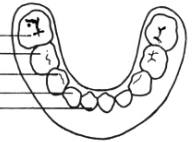
Dan Anwo

- Dan devan santral
- Dan devan lateral
- Dan kanin
- Premye molè
- Dezyèm molè



Dan Anba

- Dezyèm molè
- Premye molè
- Dan kanin
- Dan devan lateral
- Dan devan santral



Dan Anwo

- Dan devan santral
- Dan devan lateral
- Dan kanin
- Premye molè
- Dezyèm molè

Soti

- 7½ mwa
- 9 mwa
- 18 mwa
- 14 mwa
- 24 mwa

Tonbe

- 7½ an
- 8 an
- 11½ an
- 10½ an
- 10½ an

Dan Anba

- Dezyèm molè
- Premye molè
- Dan kanin
- Dan devan lateral
- Dan devan santral

Soti

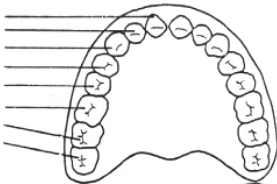
- 20 mwa
- 12 mwa
- 16 mwa
- 7 mwa
- 6 mwa

Tonbe

- 11 an
- 10 an
- 9½ an
- 7 an
- 6 an

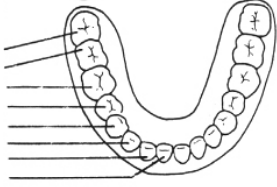
Dan Anwo

- Dan devan santral 7-8 an
- Dan devan lateral 8-9 an
- Dan kanin 11-12 an
- Premye dan dèyè 10-11 an
- Dezyèm dan dèyè 10-12 an
- Premye molè 6-7 an
- Dezyèm molè 12-13 an
- Twazyèm molè 17-21 an



Dan Anba

- Twazyèm molè 17-21 an
- Dezyèm molè 11-13 an
- Premye molè 6-7 an
- Dezyèm dan dèyè 11-12 an
- Premye dan dèyè 10-12 an
- Dan kanin 9-10 an
- Dan devan lateral 7-8 an
- Dan devan santral 6-7 an



Chak timoun grandi yon fason diferan, jan dan yo soti gen dwa varye tou.

Soti: pouse nan bouch la

Tonbe: pèdi dan an.

Lè Sante Mantal la Vin Pi Mal, Sa Ka Rive Sante Bouch la Tou

Swen bouch ki neglije chak jou ka lakòz:

- Dan Karye, enfeksyon nan bouch ak doule
- Mwens estim pou tèt ou poutèt sa bouch ou sanble
- Jennman poutèt bouch sèch

Kisa ki ka lakòz donmaj nan dan ou oswa nan bouch ou?

- Manje ki Gen Anpil Sik
- Manje ak bwason asid
- Alkòl
- Tabak/Sigarèt Elektwonik oswa Plim Marijàn
- Medikaman pou Konpòtman
- Vaporizatè Nen, Inalatè, Medikaman pou Refwadisman
- Vomi
- Dwòg Ilegal



Si sante mantal ou ap deklive sonje kenbe abitud bwose chak jou w lan.

Bon sante bouch mennen bon sante global



Kesyonnè sou Sante Dantè Cambridge Healthy Smiles la



Poukisa pou w ale nan randevou kay dantis ou a pandan pandemi an?

Pwogram Cambridge Healthy Smiles la fè pati depatman sante lekòl la nan CPS. Nou ofri evalyasyon dantè ak edikasyon sou sante bouch nan Lekòl Piblik Cambridge yo pou tout elèv premye, twazyèm, sizyèm, ak nevyèm ane. Poutèt pandemi COVID-19 la, lè yo p ap fè evalyasyon dantè nan lekòl pitit ou a, pèsònèl Healthy Smiles la ap rele fanmi yo pou poze kèk kesyon sou sante dantè pou ede pwoteje ou.

Pandan kesyonnè a, n ap pran tan verifye si nou reponn tout kesyon paran yo genyen.

Èske pitit ou a gen yon dantis li abitye wè?

Èske ou te kapab wè Dantis ou a pandan pandemi COVID-19 la?

Èske ou gen bagay k ap trakase ou oswa ki fè ou pè retounen kay dantis ou?

Pandan pandemi COVID-19 la, nou rekòmande pou fanmi ou kontinye wè dantis ou pou vizit prevansyon regilye pou ede pwoteje fanmi ou. Tanpri kontinye pratike bon sante nan bouch ki esansyèl pou bon sante global. Ke l ap aprann nan lekòl la oswa vityèlman, kapasite yon timoun pou li aprann ogmante avèk bon sante bouch. Nou rekòmande pou w kontinye wè dantis ou regilyèman pou kenbe fanmi ou an sante. Tanpri sonje kabinè dantis yo ekipe ak fòm pou gen pi bon kontwòl enfeksyon depi plizyè dizèn ane. Yo pa janm sous ni enfeksyon respiratwa ni pwopagasyon viris. Al wè Dantis ou pou kenbe bon sante nan bouch pou sante global ou.

Resous pou Sante Mantal



Gen Sèvis Lekòl Dantè ki Disponib pou Timoun Cambridge yo

Harvard School of Dental Medicine

(617) 432-1434

188 Longwood Ave, Boston, MA 02115

Tufts University School of Dental Medicine

(617) 636-6828

75 Kneeland Street Boston, MA 02111

Henry M. Goldman School of Dental Medicine

(617) 638-4700

100 E Newton St, Boston, MA 02118

Forsyth School for Dental Hygiene

(617)278-2700 (Netwayaj ak Radyografi sèlman)

179 Longwood Avenue, Boston, MA

Asirans Dantè Mass Health la

Pou jwenn dantis lokal nan Cambridge k ap patisipe nan Pwogram Asirans Maladi pou Timoun (Children's Health Insurance Programs, CHIP) Eta a ak nan Medicaid ale sou: InsureKidsNow.gov oswa rele 1-877-KIDS-NOW

Biwo Asistans nan Zafè Asirans Maladi Cambridge Hospital la

617-665-1100





Sant Sante Kominotè yo

Pou jwenn **sant sante kominotè lokal** ki gen klinik dantè: ale sou:
<http://www.massleague.org/findahealthcenter/>

Windsor Street Dental Clinic

(617) 665-3990

Cambridge Health Alliance Windsor Street Health Center
119 Windsor St. Cambridge, MA 02139

Sansibilizasyon sou Sante Bouch

Pou jwenn plis enfòmasyon sou **rekòmandasyon nan zafè sante bouch** pou pitit ou ale sou sit entènèt:

Akademi Ameriken Dantis pou Timoun (American Academy of Pediatric Dentistry) <http://www.mychildrensteeth.org>

Asosyasyon Dantè Ameriken (American Dental Association) MouthHealthy
<https://www.mouthhealthy.org>





Si ou gen lòt kesyon, tanpri kontakte:

**Pwogram Cambridge Healthy Smiles la
Pwogram Sante Bouch nan Lekòl Piblik Cambridge yo**

Tel: 617-665-3767 | healthysmiles@challiance.org



Cambridge
Public Health
Department

