

مشروع - نييتو (Niitty) 2018 - 2020

/https://projects.tuni.fi/niitty/

/www.facebook.com/niittyhanke/

رئيسة المشروع إرميلي نيمينين (Irmeli Nieminen).

البريد الإلكتروني: irmeli.nieminen@tuni.fi

الخبيرة آنا أيكاسالو (Anna Aikasalo).

البريد الإلكتروني: anna.aikasalo@tuni.fi

الخبيرة ياسمين كاليادين (Jasmin Kaljadin).

البريد الإلكتروني: jasmin.kaljadin@tampere.fi

المصادر ومعلومات إضافية:

نقابة أطباء الأسنان الفنلندية صحة الفم للطفل الرضيع تمت قراءته بتاريخ 28/9/2019. <https://www.hammaslaakariliitto.fi/fi/suunterveys/suunterveys-eri-ikakausina/lasten-ja-nuorten-suunterveys/vauvan-suunterveys#.XY-au0YzaM8>

سووكا ن. (Soukka, N.) 2015 دليل رعاية الفم للطفل الذي في سن استشارات الأمومة والطفولة https://www.hammaslaakariliitto.fi/sites/default/files/mediafiles/suunterveys/neuvolaopas_nina_soukka_2015.pdf

يالانكو، ه. (Jalanko, H.) 2017 بزوغ الأسنان لدى الطفل. المكتبة الطبية دوبيديكيم (Duodecim Terveyskirjasto) نُشر بتاريخ 2/12/2017. تمت قراءته بتاريخ 28/9/2019. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00128

مؤسسة الصحة والرفاهية (THL) 2018. اللهاية (مصابة الطفل) وقارورة الطفل نُشر بتاريخ 18/12/2018. تمت قراءته بتاريخ 1/10/2019

الصور: kotialbumi ، pixabay.com



نييتو (Niitty) - نموذج التدريب العائلي الموجه من خلال دعم الأقران للمهاجرين

رعاية الفم للطفل الذي يبلغ عمره 0 - 3 سنوات

0–3-vuotiaan lapsen suunhoito



أسنان الوالدين

- البكتيريا التي تسبب التسوس تنتقل إلى الطفل الرضيع من فم الوالدين بسهولة، إذا كانت تتم رعاية أسنان الوالدين بشكل سيء.
- لا يجوز وضع لهاية الطفل الرضيع أو ملعقة في فم الشخص الكبير. بكتيريا التسوس التي تسبب تسوس الأسنان تنتقل مع اللعاب إلى فم الطفل الرضيع.
- يُفضل أن يعتني الوالدان بشكل جيد بأسنانهما. التنظيف مرتين في اليوم واستعمال الكسيليتول (ksylitol) وكذلك الزيارات المنتظمة لدى طبيب الأسنان تُعتبر جيدة.
- إذا رأى الأطفال الوالدين يعتنيان بأسنانهما، فمن المرجح أنهم أيضاً سوف يعتنون بأسنانهم بشكل جيد.



بزوغ الأسنان

- تبزغ الأسنان الأولى للطفل الرضيع في المتوسط في سن 4 - 7 أشهر، ولكن من الممكن أن تبزغ قبل ذلك أو بعد ذلك أيضاً.
- تبزغ في البداية في العادة الأسنان الأمامية السفلية.
- من الممكن أن يشعر الطفل الرضيع عند بزوغ الأسنان بحكة أو ألم في اللثة. من الممكن أن يكون الطفل الرضيع متوتراً ومن الممكن أن يعض يديه أو يعض دمي الألعاب. من الممكن أن ينام الطفل أيضاً ويأكل بشكل أسوأ من الوضع الطبيعي.



من الممكن التخفيف من هذه الأعراض بلعبة العض التي يتم تبريدها في الثلاجة، أو قطعة فماش مُبللة بالماء البارد أو بالدواء المسكن للألم للأطفال الذي يُشتري من الصيدلية. تذكري أن تلتزمي بإرشادات علبة الدواء.



تناول الطعام

- الأطعمة والمشروبات الحلوة التي تحتوي على السكر غير جيدة للأسنان، ويتوجب إعطاؤها للطفل الصغير نادراً فقط، أما للطفل الرضيع فلا تُعطى على الإطلاق. هذه الأطعمة والمشروبات هي على سبيل المثال العصائر والحلوى والمخبوزات والمشروبات الغازية.
- يُعطي الطفل مع الطعام الرضاعة من حليب الصدر أو الحليب الصناعي، وللذين تزيد أعمارهم عن سنة واحدة حليب الصدر أو حليب البقر.
- تُعطي الماء للشرب عند العطش.
- الذين تزيد أعمارهم عن سنة واحدة 5 - 6 وجبات في اليوم، ولا تُعطى المأكولات السريعة فيما بين الوجبات.



تنظيف الأسنان بالفرشاة

- يتم البدء في تنظيف أسنان الطفل الرضيع بالفرشاة مباشرةً عند بزوغ الأسنان الأولى بفرشاة الأسنان اللينة المُخصصة للأطفال الرضع. الفرشاة الموجودة في صندوق معونة الأم تُعتبر مناسبة.
- تُنظف الأسنان بالفرشاة يومياً صباحاً ومساءً قبل الذهاب للنوم.
- يُستعمل مساءً معجون أسنان يحتوي على الفلور، حيث أن قدر الفلور فيه 1000 - 1100 جزء في المليون (ppm).
- من الممكن صباحاً الغسل بالماء فقط أو بالمعجون الذي لا يحتوي على الفلور.
- الفلور عبارة عن عنصر معدني، يعمل على الوقاية من تسوس الأسنان.



قارورة الطفل الرضيع واللاهية (مصاصة الطفل)

- عندما يُصبح عمر الطفل الرضيع أكثر من 6 أشهر، يتوجب استعمال اللاهية بأقل قدر ممكن، فقط من أجل مواساته وجعله ينام.
- من الجيد إنهاء استعمال اللاهية عندما يُصبح عمر الطفل الرضيع 10 - 12 شهراً، ولكن في موعد أقصاه عندما يبلغ الطفل سنتين من عمره. هذا يقي الطفل من تطور الوضعيات الخاطئة للمضغ.
- من الجيد إنهاء استعمال الطفل لقارورة الطفل، عندما يبلغ عمر الطفل سنة واحدة تقريباً. يتم تعويض قارورة الطفل بكوب بفتحة للشرب أو بكوب عادي.



- من الممكن إسعاد الطفل أثناء تنظيف الأسنان بالفرشاة بإعطائه في يده فرشاة أسنان بدون معجون أو بلعبة الأطفال أو بكتاب.
- لا يُشطف الفم بالماء بعد التنظيف بالفرشاة، ولكن من الممكن تعليم الطفل بأن يبصق المعجون المُتبقى من فمه.

