

اولین دیدار من از دندانپزشکی

در

مرکز بهداشتی اجتماعی Plenty Valley



وب سایت: www.pvch.org.au



خانواده های سالم جوامع سالم – این برنامه ابتکاری از تیم Health Promotion and Prevention در Plenty Valley Community Health می باشد.



در ح
کلینیک دندانپزشکی با
مادرتان الیکه به اولین دیدار در
می آید، ممکن است
هیجان زده باشید یا کمی نگران...





منشی مهربان اطمینان پیدا
می کند که شما راحت هستید.



اگر به قرار ملاقات تان زود بیایید،
حتی می توانید کمی کتاب بخوانید یا
نقاشی بکشید!



بهداشتکار دهان خوشرویی دم در به شما خوش آمد
خواهد گفت.



آیا تا بحال به دندانپزشکی رفته اید؟



در اتاق دندانپزشکی، شما پرستار دندانپزشکی را نیز ملاقات خواهید کرد.



صندلی بزرگی هست برای آنکه رویش بنشینید.



یک سواری روی صندلی بزرگ خواهید داشت.



این صندلی مثل اینکه
جادویی باشد، بالا و
پایین می رود.





چراغ های پر نوری بالای سر شما
خواهند بود تا بهداشتکار همه مشکلات
داخل دهان تان را ببیند.

بیایید بازی
کنیم!



پس شما هم باید عینک آفتابی بزنید!



بهداشتکار دهان عینکی به چشمش می زند...



یک ماسک...



و دستکش می پوشد...



بهداشتکار از چندین وسیله خنده دار
استفاده می کند...

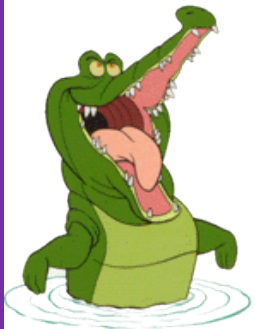
مثل یک جاروبرقی کوچک و
حتی یک جت آبی!





می دانید چند دندان دارید؟
1 2 3 4 5 6
7 8 9 10

باید دهان تان را باز باز کنید، مثل یک کروکدیل!
اینطوری، بهداشتکار می تواند دندان هایتان را با یک
آینه مخصوص بشمارد.



بعد از شمردن دندان هایتان، بهداشتکار
ممکن است به شما نشان بدهد که چطور
دندان هایتان را مسواک بزنید.



آیا دندان هایتان را صبح و شب مسواک می زنید؟



دیدار از کلینیک دندانپزشکی به پایان
رسیده است و وقت آن رسیده که به
خانه بروید.



آسان بود!





اطلاعات خانوادگی درباره Smiles 4 Miles

دندان های شیری فرزندتان برای خوردن، صحبت کردن و خندیدن بدون درد و احساس خجالت او مهم است. دوران اولیه کودکی زمانی است که بسیاری عادات زندگی شکل می گیرند و این دوران این امکان را فراهم می کند که کودک برای سلامتی خوبی در سالهای بعدی آماده بشود.

مرکز بهداشت اجتماعی (Plenty Valley) اعتقاد به پیشگیری دارد و با اجتماع کار می کند تا با برنامه (Smiles 4 Miles) در منطقه شهرداری (City of Whittlesea) به ساکنین محلی آموزش بدهد. خدمات بهداشت دهانی ویکتوریا بودجه این برنامه را تامین می کند.

مامور ترویج سلامتی PVCH با کارکنان و خانواده ها در خدمات دورانولیه کودکی که به درستی جایگزاری شده اند، کار می کند تا به کودکان و خانواده در یادگیری بهداشت دهان و دندان کمک کند. مامور ترویج سلامتی با ارائه آموزش، ارائه تجربیات یادگیری دانش آموزان و والدین، ایجاد سیاست های مربوط به سلامتی و ارزیابی برنامه مراکز را حمایت می کند. سه پیغام اصلی این برنامه خوب بخورید، خوب بنوشید و خوب تمیز کنید، است.

برای کسب اطلاعات بیشتر، با هماهنگ کننده PVCH Smiles 4 Miles تماس بگیرید:

Angela Robinson, Health Promotion Officer,
Plenty Valley Community Health,
9409 8745, angela.robinson@pvch.org.au

خوب بنوشید

- آب شیر نوشیدنی ارجح است.
- مصرف نوشیدنی های شیرین را محدود کنید (بخصوص بین وعده های غذایی).
- شیر ساده را بجای شیر طعم دار انتخاب کنید.

خوب بخورید

- هر روز از پنج گروه غذایی، غذاهای مقوی مختلفی را بخورید.
- مصرف غذاهایی را که شکر افزودنی دارند، محدود کنید.
- غذاها و خوراکی های سالم برای داشتن دندان های سالم مهم هستند.

خوب تمیز کنید

- روزی دو بار دندانها و در امتداد لثه ها را مسواک بزنید.
- کودکان باید از سن 18 ماهگی تا شش سالگی از خمیر دندان با میزان کم فلوراید استفاده کنند.
- منتظر مشکل نشوید. کودک باید درد و سالگی یک متخصص سلامتی (پرستار سلامتی مادر و کودک، دندانپزشک، بهداشتکار دهان، بهداشتکار دندان یا پزشک عمومی) را برای کنترل بهداشت دهانی ببیند.
- یک متخصص بهداشت دهان درباره سطح خطرات کودک و اینکه او هر چند وقت یک بار نیاز به مراجعه برای کنترل بهداشت دهانی اش را دارد، با شما صحبت خواهد کرد.



خدمات دندانپزشکی کودکان مرکز بهداشتی اجتماعی Plenty Valley

مرکز بهداشتی اجتماعی Plenty Valley محیطی دوستانه برای کودکان را فراهم می کند و خدمات دندانپزشکی با کیفیت بالا توسط کادر خلاق سلامتی کودک ارائه می شود. این خدمات، شیوه ای با تمرکز بر خانواده و حمایت کننده از سلامتی کودکان است و مراقبت های دهانی آنان را ترغیب می کند.

<u>خدماتی که ارائه می شود:</u>
<ul style="list-style-type: none">. معاینه و کنترل. درمان های دندانپزشکی پیشگیری. دستورالعمل های مربوط به بهداشت دهان و دندان. پر کردن شیارهای سطح جویده دندان ها. پرکردن دندان ها. مراقبت های اورژانس به عنوان مثال دندان درد، ضربه. معاینات دوره ای
<u>واجد شرایط بودن:</u>
تمامی کودکان 0-12 ساله
<u>هزینه</u>
<p>مراقبت های عمومی:</p> <p>مراقبت های عمومی (معاینه و چک آپ را در صورت نیاز پوشش می دهد)</p> <ul style="list-style-type: none">• دارندگان کارت بازنشستگی / سلامتی – رایگان.• پناهندگان و پناهجویان- رایگان.



- بومیان استرالیا و ساکنان جزایر Torres Strait - رایگان.
- افرادی که بخش های کودکان، نوجوانان و خانواده سازمان خدمات انسانی از آنها مراقبت می کند- رایگان.

برای کودکان (0-12 ساله) که در هیچیک از گروهایی که در بالا ذکر شده اند، قرار نمی گیرند، 32 دلار برای هر کودک برای یک دوره مراقبت عمومی خواهد بود (هزینه ها ممکن است تغییر بکنند).

درمان اورژانس:

برای تمامی کودکان 0-12 ساله رایگان است.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد هزینه ها، لطفا با کلینک به شماره زیر تماس بگیرید.

قرارهای ملاقات

کودکان باید از سن یک سالگی توسط دندانپزشک یا بهداشتکار دندان معاینه بشوند. برای تعیین وقت لطفا به کلینیک دندانپزشکی به شماره های زیر تماس بگیرید.

Northern Hospital Site
187 Cooper Street, EPPING 3076
تلفن: 9409 8719

Whittlesea Centre
40-42 Walnut Street, WHITTLESEA 3757
تلفن: 9716 9444



تنظیم شده توسط مرکز سلامتی اجتماعی Plenty Valley

Plenty Valley Community Health

سپاسگزاری:

اقتباس شده از مطلب تهیه شده توسط مرکز سلامتی اجتماعی Knox EACH

با تشکر از Januice و Ryan برای کمک هایتان

با تشکر از Georgie و تیم دندانپزشکی PVCH

