

Nên nhớ

- Hàm răng khỏe mạnh cho phép bé ăn uống, nói và cười.
- Răng sữa giúp giữ chỗ cho răng vĩnh viễn vì vậy chúng cần được chăm sóc.
- Bé sẽ mọc răng bất cứ lúc nào từ khi chào đời cho đến khi được 27 tháng.
- Bắt đầu đánh răng ngay khi bé mọc răng đầu tiên để tránh sâu răng.
- Mọc răng có thể gây những vấn đề như đau và khó chịu.
- Giữ vệ sinh răng miệng tốt để tránh truyền vi khuẩn sâu răng sang cho bé.
- Nếu bé đi ngủ cùng với bình bú, hãy chắc chắn rằng bình chỉ có nước.

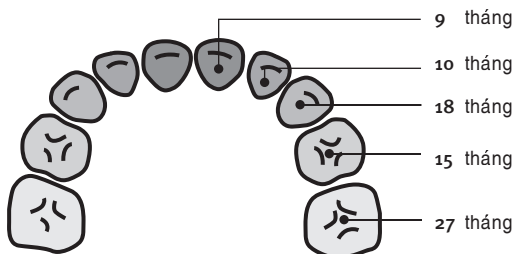
Về răng sữa

Hàm răng khỏe mạnh giúp bé:

- Ăn uống bổ dưỡng;
- Phát âm chính xác; và
- Có nụ cười khỏe mạnh.

Răng sữa còn giúp giữ chỗ cho răng vĩnh viễn. Mất răng sữa sớm có thể khiến cho chỗ của răng vĩnh viễn bị thu hẹp, khiến chúng mọc chen chúc nhau.

Thời gian mọc răng sữa của bé có thể rất khác nhau. Biểu đồ này là hướng dẫn chung cho thời gian mọc răng sữa của bé:



Đánh răng

Nên bắt đầu đánh răng ngay khi bé mọc răng đầu tiên.

Dùng bàn chải nhỏ, mềm và bôi lên đó một lớp kem đánh răng chứa ít florua.

Kem đánh răng chứa ít florua, đặc chế riêng cho trẻ dưới sáu tuổi, có bán ở hầu hết các siêu thị.

Trẻ em chỉ cần một lượng nhỏ kem đánh răng có florua và không nên để bé tự lấy kem.

Cha mẹ nên giúp bé đánh răng cho đến khi bé được 7-8 tuổi.

Florua

Florua giúp bảo vệ răng.

Florua có thể có trong kem đánh răng có chứa florua, nước có hòa florua và chất bổ sung florua.

Các chất bổ sung florua không mang những lợi ích giống như nước hòa florua. Nếu nguồn nước của bạn không có florua, hãy hỏi ý kiến chuyên gia nha khoa về những lựa chọn khác.

Những vấn đề khi mọc răng

Một số em bé có thể gặp vấn đề khi mọc răng như:

- Nướu sưng, đỏ;
- Trẻ quạu quọ và bứt rứt;
- Má đỏ hoặc sốt;
- Chảy nước dãi;
- Bú ngón tay và nắm tay.

Các vấn đề không nghiêm trọng khi mọc răng có thể được giải quyết bằng cách cho bé nhai các vật như cùi bánh mì, bánh quy giòn hoặc vòng để cắn khi bé mọc răng.

Dùng ngón tay chà nhẹ nướu răng của bé hoặc dùng một lượng nhỏ kem mọc răng cũng có thể giúp bé giảm đau khi mọc răng.

Bạn có biết... Vệ sinh răng miệng của bạn có thể ảnh hưởng đến sức khỏe răng miệng của bé!

Trẻ sơ sinh không có vi khuẩn (mầm bệnh) trong miệng để có thể gây sâu răng (các lỗ). Bất cứ ai, kể cả bà mẹ, cũng có thể truyền vi khuẩn gây sâu răng cho bé qua việc dùng chung muỗng hoặc rửa núm vú cao su hoặc bình sữa bằng cách ngâm trong miệng của mình.

Điều quan trọng đối với các bậc cha mẹ là phải giữ vệ sinh răng miệng tốt, đánh răng mỗi ngày hai lần bằng bàn chải nhỏ, mềm và kem đánh răng có florua để giảm hoặc loại bỏ nguy cơ truyền vi khuẩn cho bé.

Sâu răng ở trẻ sơ sinh là gì?

Sâu răng ở trẻ sơ sinh có thể xuất hiện sớm sau khi bé mọc răng sữa. Sâu răng ở trẻ sơ sinh thường gặp nhiều hơn khi bé được cho bú bình chứa các thức uống có vị ngọt như nước trái cây, nước si-rô hoặc nước ngọt.

Sâu răng ở trẻ sơ sinh thường ít xảy ra cho trẻ em bú sữa mẹ.

Làm thế nào để phòng ngừa sâu răng ở trẻ sơ sinh

- Không để bé đi ngủ với bình bú chứa bất cứ thứ gì ngoài nước.
- Cố gắng tập cho bé dùng tách khi bé được khoảng 6-12 tháng.
- Ngưng cho bé bú bình khi bé được 12 tháng.
- Thức uống tốt nhất cho bé là sữa mẹ, sữa bột hoặc nước.
- Nếu bé đang dùng núm vú cao su, đừng cho thêm hương liệu.
- Dùng bao giờ rửa núm vú của bình hoặc núm vú cao su bằng cách ngâm trong miệng bạn.
- Đánh răng cho bé hai lần mỗi ngày với kem đánh răng chứa ít florua (dùng cho trẻ em) ngay khi bé mới mọc răng.
- Bảo đảm mọi thành viên trong gia đình phải giữ vệ sinh răng miệng tốt để tránh lây vi khuẩn cho bé. Họ có thể thực hiện điều này bằng cách đánh răng hai lần mỗi ngày với kem đánh răng có florua.

Để truy cập trọn bộ tài liệu, hãy vào

<http://www.health.qld.gov.au/child&youth/factsheets>.

Lời cảm tạ

Tài liệu này là kết quả của sự đóng góp và nỗ lực của nhiều chuyên gia y tế tại Queensland. – Sự đóng góp của họ cho nội dung của tài liệu là một điều đáng được ca ngợi.

