

# 保持寶寶口腔健康的提示

## 每 6 個月或更長時間安排一次定期牙科檢查

孩子的 Medi-Cal 牙科方案涵蓋了這些牙科檢查。

## 在您下次看牙時詢問有關氟化物治療的問題

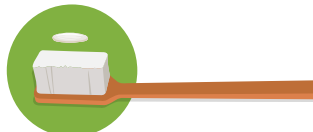
在牙齒上塗抹氟化物有助於防止蛀牙。兒童長出第一顆牙齒後即可接受氟化物治療。

## 避免含糖食物和飲料

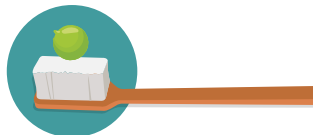
從各類食物中攝取均衡的營養並限制含糖食物有助於防止蛀牙。

使用建議用量的含氟牙膏替孩子刷牙。

0-3 歲兒童使用一粒米大小的量。



3 歲以上兒童使用豌豆大小的量。



## Medi-Cal 牙科為兒童和成人提供免費或低價的牙科服務。

如欲瞭解 Medi-Cal 涵蓋的牙科福利和尋找牙醫，請瀏覽 [SmileCalifornia.org](https://SmileCalifornia.org) 或掃描以下 QR 碼。您亦可致電電話服務中心：**1-800-322-6384**。



2023-04-TCP

# 從孕期到幼兒期的健康笑容



# 良好的口腔健康對您和寶寶的整體健康很重要。

此口腔健康之旅會幫助您和寶寶保持健康，並確保你們的微笑持續一生。



1

## 懷孕期間

懷孕時去看牙醫做牙齒清潔和檢查安全無虞，還可以幫助您和寶寶保持健康。



2

## 新生兒

新生兒出生後，每次餵完奶後請用溼毛巾擦拭寶寶的牙齦。

4

## 嬰兒

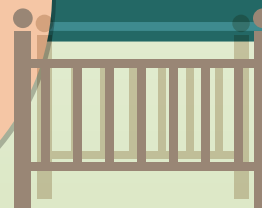
一旦寶寶長出牙齒，就用本套件中的橡膠指刷清潔寶寶的牙齦。



3

## 嬰兒奶瓶

避免用奶瓶哄寶寶睡覺，因為牛奶會留在牙齦和牙齒周圍，導致蛀牙。



5

## 1 歲生日

孩子長出第一顆牙齒時，或在他們一歲生日之前（以先到者為準），請幫孩子安排第一次牙科檢查。



6

## 幼兒時期

乳牙會脫落，但好好保護它們仍然很重要。乳牙可以幫助您的孩子正確咀嚼和說話。

