

# Σκέψου τα δόντια Κάθε βήμα του δρόμου



## Δώστε στο μωρό σας υγιή δόντια από την αρχή. Είναι εύκολο!

- Βουρτσίζετε απαλά τα δόντια του μωρού δύο φορές την ημέρα. Χρησιμοποιήστε μια μικρή ποσότητα οδοντόκρεμας με φθόριο.
- Πάρτε το μωρό σας στον οδοντίατρο μέχρι τα πρώτα του γενέθλια. Συνεχίστε τακτικές εξετάσεις όπως συνιστάται.
- Η τερηδόνα προκαλείται από βακτήρια. Το μωρό σας μπορεί να «πιάσει» τα βακτήρια από εσάς.
  - Κρατήστε το στόμα σας υγιές.
  - Μην μοιράζεστε φλιτζάνια ή κουτάλια.
- Βάλτε μόνο νερό, γάλα ή φόρμουλα σε μπουκάλια ή φλιτζάνια.
- Μην βάζετε το μωρό σας στο κρεβάτι με μπιμπερό ή ποτήρι.
- Περιορίστε τα γλυκά σνακ και τα ζαχαρούχα ποτά, συμπεριλαμβανομένου του χυμού.

Το Medicaid και το Πρόγραμμα Παιδικής Ασφάλισης Υγείας (CHIP) καλύπτουν τις οδοντιατρικές υπηρεσίες 2-ετών παιδιών, όπως καθαρισμούς δοντιών, τσεκ απ, ακτινογραφίες, φθόριο, οδοντικά σφραγιστικά και σφραγίσματα. Το παιδί σας θα μπορούσε να είναι επιλέξιμο!

Για να εγγράψετε το παιδί σας, καλέστε το **1-877-KIDS-NOW (543-7699)** ή επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **InsureKidsNow.gov**. Είστε ήδη ασφαλισμένοι; Χρησιμοποιήστε τον εντοπισμό οδοντιάτρων στο **InsureKidsNow.gov** για να βρείτε έναν οδοντίατρο κοντά σας και καλέστε για να προγραμματίσετε ένα ραντεβού με τον οδοντίατρο σήμερα.

