

健康的な笑顔を 守るために

- 乳歯が生えてきたらすぐに歯磨きを
始めましょう。
- フッ素入り歯磨きと柔らかい歯ブラシで
一日二回磨きましょう。
- 健康的で歯に優しい食品を
選びましょう。
- 甘い飲み物やおやつは避けましょう。
- お子様の飲み物としてまず水を
与えましょう。
- 月に一度、唇をめくって虫歯の兆候が
ないか確認しましょう。
- 歯科医院でお子様の歯の定期健診を
受けるようにしましょう。

お子様のお口の健康を守る方法については、
こちらのウェブサイトをご覧ください。

nzda.org.nz/public

地域の歯科保健サービスについては、

0800 TALK TEETH [0800 825 583]

までお問い合わせください。

公的資金による歯科治療については、
health.govt.nzをご覧ください。



家族の笑顔を
守るのは、
難しいことでは
ありません！

唇をめくって

虫歯の確認を

虫歯予防や進行を止めるには、
早い段階で気づくことが大切です。

良好な状態



お子様の歯の健康は、フッ素入り歯磨きで
一日二回歯を磨くことで守られます。

注意が必要な状態



歯茎の近くに見える白っぽい点や線は、虫歯の兆候です。
こうした白っぽい部分が虫歯の穴になる前に、
今すぐ歯科治療を始め、アドバイスを受けましょう。

危険な状態



茶色い汚れや虫歯の穴を見つけたら、
お子様にすぐに治療を受けさせ、
歯痛や感染を予防してください。

緊急を要する状態



歯が欠けていたり歯茎が腫れていたりすると、
歯痛が起こります。痛みが増し感染が広がる前に、
今すぐ歯科治療を受けてください。