


اجعل أطفالك  
يتمتعون بأسنان  
صحية!

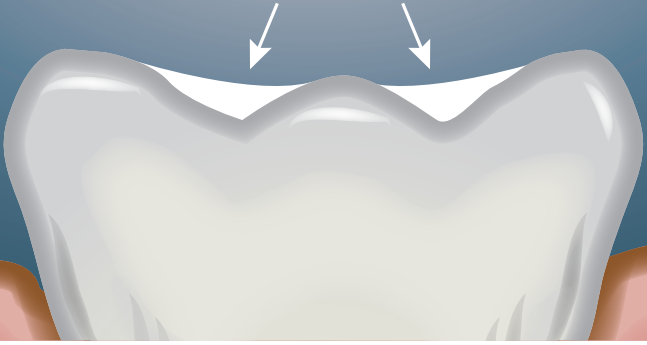


المساعدة على منع تسوس الأسنان بفضل  
واقى الأسنان



يمكن أن يتسبب تسوس الأسنان  
(التجاويف) في الشعور بألم مسيَّبًا  
مشكلات عند تناول الطعام والتحدث  
واللعب والتعلم. تستطيع واقيات الأسنان  
منع تكون هذه التجاويف.

## واقى الأسنان



### ما المقصود بواقى الأسنان؟

واقى الأسنان عبارة عن طبقة بيضاء رقيقة تُطلى بها الأسطح الماضغة للأضراس (الأسنان الخلفية).

يمكن أن تلتصق بقايا الطعام والجراثيم في الشقوق الموجودة في الأضراس، حيث المكان الذي لا يمكن أن تصل إليه فرش الأسنان. لذا تُستخدم المواد الواقية لتغطية الشقوق لحماية الأسنان من الجراثيم الضارة، وهي آمنة وفعالة وتدوم لسنوات عدة.

### من الذي يمكنه الحصول على واقى الأسنان؟

ينبغي تقييم الأطفال للحصول على المواد الواقية حال بزوغ أضراس البلوغ – يُحدّد ذلك بالأعمار من 5 إلى 7 للأضراس الدائمة الأولى، و 11 إلى 13 للأضراس الدائمة الثانية.

قد تستفيد الفئات العمرية الأخرى من واقيات الأسنان هذه، استشر طبيب الأسنان لتحديد الأنسب لطفلك.

---

للتثور على طبيب أسنان، أو للمساعدة في الحصول على تأمين منخفض التكلفة أو بدون تكلفة، يرجى الاتصال بـ 311 أو زيارة [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) والبحث عن **teeth** (أسنان).

---

بعد

قبل



صور مهواة من قسم طب أسنان الأطفال بجامعة نيويورك (NYU Department of Pediatric Dentistry)

## كيف تُوضع المواد الواقية؟

يُعد وضع المواد الواقية على الأضراس أمرًا بسيطًا ولا يصاحبه أي ألم، حيث يقوم الطبيب أو الأخصائي بتنظيف الأسنان ثم وضع المادة الواقية عليها باستخدام فرشاة، وفور انتهائه من ذلك يتكون الغطاء الواقي.

## كيف يمكنني الحصول على واقيات الأسنان لطفلي؟

توفر معظم شركات التأمين على الأسنان، بما في ذلك Medicaid و Child Health Plus، المواد الواقية بتكلفة منخفضة أو بدون تكلفة. ما عليك سوى التحدث إلى طبيبك أو الاتصال بشركة التأمين على الأسنان لمعرفة التفاصيل.

يرجى الاتصال بـ 800-698-4543 لمزيد من المعلومات حول التسجيل في التأمين الصحي العام أو تفضل بزيارة [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) وابحث عن "dental provider" (مقدم خدمات الأسنان) للعثور على مقدم خدمات أسنان يوفر خدماته بتكلفة منخفضة.



# عادات صحية للاستمتاع بابتسامة مفعمة بالحيوية

يمكن أن يساعد اتباع العادات الجيدة المتعلقة بتعامل طفلك مع أسنانه على الحيلولة دون إصابتها بالتسوس.

- اصطحب طفلك إلى طبيب الأسنان كل ستة أشهر، بدءًا من بزوغ أول سن له وليس بعد عمر عام واحد.
- انصح طفلك أن يغسل أسنانه مرتين يوميًا على الأقل بمعجون أسنان معالج بالفلوريد، وليحرص دائمًا على استخدام خيوط الأسنان الطبية.
- قدم لطفلك أطعمة صحية. وقلل من الوجبات الخفيفة خاصة تلك التي تزيد بها نسب السكر أو النشويات كالمياه الغازية أو الكعك أو الحلويات.
- احرص على أن يتناول طفلك ماءً من الصنبور، حيث إن الفلوريد الموجود بماء مدينة نيويورك يساعد على الحفاظ على أسنان أطفالك قوية.



