သင်ကလေးရခတင်းကန်းမာရေးကဘယလဂရစကမလ

1. **သန်ရင်းရေး။** သားမပေကလာခင်ကလေးရသားဖးမားကသနရင်းပေးပ။. သားပေကလာသည်ငအပရာမဝင်မနေစဥ် ဖလအရကသားတကဆေးဖင်တစနေစကမသားတကပေးပ။.
2. **သားဆရာဝန်င့်တေပ။** တစစပညသည်မေးနေမာပပထမဆးေ တဆပေးပ။.
3. **အိပ်ရာထဲမာနိုဗူးမတိုက်ပနဲ။** တရေးအပခနနညဘကအခနမာကလေးကနဗးတကမသပပန။.
4. **နိုသိုမဟုတ်ရေတိုက်ပ။** သင်ကလေးကနသမဟတရေသာတကကေးပ။ဆဒ၊ဖောရည်င သစသးဖောရည်လအခဓာတပသောအရည်တေမတကပန။.
5. **ကလေးရဲစားစရာ၊ဇန်းနဲခက်ရင်းတေကိုတခားသူနဲမဝေမသုံးပနဲ။** ဇနးခကရင်းတေကသင်ခတင်းထထည်သင်းပးရင်သားပးပေကဖစပေစေတပးမားတေမပနဟားစေဖဋင်းဇနးနကလေးကမကေးပန။.

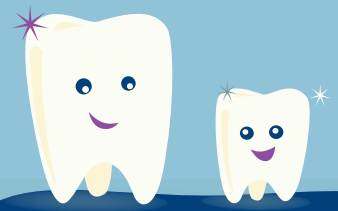
သားဆရာဝန်တစ်ဦးကိုရာပီး

ယနေပဲသင့်ကလေးအတက်ခိန်းဆိုလိုက်ပ။.

သင့်ကလေးခံတင်းကန်းမာရေးအတက်ဂရုစိုက်ရေးအကောင်း

လ့လာပ။.စကားဖန်ဝေပေးပ။

ကလေးရဲခံတင်းအတက်ဂရုစိုက်ဖိုအရေးကီးကောင်းတခားသူတေကိုဟေပပ။.



ကျန်းမာသောသား

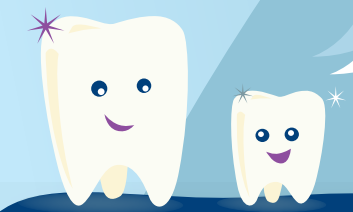
ကျန်းမာသောကလေးများ

Maryland Dental Action Coalition

www.mdac.us

သင့်ကလေးကိုတစ်သက်တာလုံးကန်းမာသောခံတင်းပိုင်ဆိုင်နိုင်အောင်

လုပ်ပေးပ.



ကန်းမာသောသား

ကန်းမာသောကလေးမား

Burmese Translation Date: September 2015

သင့်ကလေးရဲခံတင်းကန်းမာရေးကိုထိန်းသိမ်းပ။

ခံတင်းကန်းမာရေးဟာ မေးကင်းစင့်ကလေးတေ အတက်အရေးကီးပတယ်။.

- ခံတင်းကန်းမာခင်းမရိလင်သင့်ကလေးတင်စားသောက်ပုံ။စကားဟေပုံင့်လေ့လာသင်ယူမပနာတေရိလာစေနိုင်ပတယ်။.
- ကလေးသားတေဟာလူကီးသားတေဖစ်လာမယ့်နေရာတေပ။

အလုံးစုံကန်းမာရေးအတက်ခံတင်းကန်းမာရေးကအရေးကီးပတယ်။.

- သားပိုးပေက်တေဟာသင့်ကလေးကိုနာကင်ကိုက်ခဲမနဲပင်းထန်တဲကန်းမာရးပနာတေရိလာစေနိုင်ပတယ်။.
- သင့်ကလေးရဲခံတင်းကိုနေစဉ်သန်ရင်းပေးခင်းဖင့်သားပိုးပေက်မဖစ်အောင်ကာကယ်ပေးနိုင်ပတယ်။.

သင့်မာကိုယ်ဝန်ရိနေစဉ်အတင်းသင့်ခံတင်းကန်းမာရေးကိုဘယ်လိုစောင့်ရောက်မလဲ။

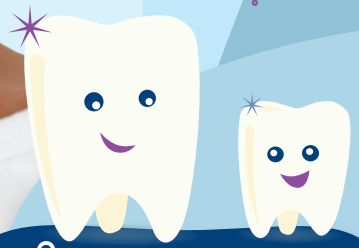
သင်ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတင်းသင့်ခံတင်းကိုဂရုစိုက်ဖိုအရေးကီးပတယ်။. သင့်ခံတင်းရဲကန်းမာရေးကသင်နဲသင့်ကလေးအပေသက်ရောက်မရိနိုင်ပတယ်။.

သားတိုက်ပ။. သားကိုဖလူအိုရိုက်သားတိုက်ဆေးင့်တစ်နေစ်ကိမ်တိုက်ပ။ (အထူးသဖင့်အိပ်ရာမဝင်မီ)

သားကားထိုးပ။ သင့်သားကိုတစ်နေတစ်ကိမ်သားကားထိုးပ။ သားကားထိုးမင်ရဲအစန်းဘက်ကိုသုံးပီးအဆုံးဘက်ကိုသင့်လက်ခောင်းမားပတ်လည်တင်ခည်ထားပ။ သားတစ်ခောင်းစီရဲကားမာအထက်အောက်ညင်သာစာလောတိုက်ပေးပ။.

သားဆရာဝန်ဆီသားပပ။ သင်ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ်အတင်းသားဆရာဝန်ပတာအာရယ်ကင်းပတယ်။

အသီးအံင့်ဟင်းသီးဟင်းရက်မားစားသုံးပေးပ။. ဆိုဒ၊ဖော်ရည်၊သကားလုံး၊ကတ်ကီးတိုလိုသကားထည့်ထားသောအစားအစာင့်သောက်စရာမားကိုရောင်ပ။



ကန်းမာသောသား

ကန်းမာသောကလေးမား

သင့်ကလေးရဲခံတင်းကိုကနးမာအောင်ထားပ။သင့်ကလေးကိုတစ်သက်တာအတက်ခံတင်းကန်းမာအောင်ထားပေးပ။.

Burmese Translation Date: September 2015