

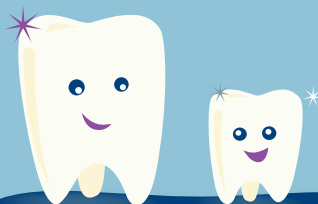
## Kijan pou ou pran swen Bouch Pitit ou

- 1 Netwaye.** Netwaye jansiv ti bebe ou an anvan dan yo kòmanse sòti. Depi dan yo kòmanse sòti, bwose yo ak pat dantifris ki genyen Fluoride de fwa pa jou, chak jou, espesyalman aswè anvan li dòmi.
- 2 Vizite dantis.** Premye vizit la dwe fèt anvan premye anivèsè bebe ya.
- 3 Pa bay bibon lè li nan kabann.** Pa mete ti bebe ou a kouche avek bibon lè lap fè ti dòmi lajounen oswa le swa lè li pral dòmi.
- 4 Bay lèt oswa dlo.** Bay pitit ou lèt oswa dlo; pa bay pitit ou bwason ki genyen sik tankou kola, ji, oswa ponch.
- 5 Pa pataje manje, kiyè oswa fouchèt.** Si ou mete manje oswa kiyè ak fouchèt nan bouch ou, pa mete yo nan bouch pitit ou ankò. Sa ap evite jèm ki bay dan pike yo propaje.

**Jwenn yon dantis** epitou pran randevou jodiya menm pou pitit ou.

**Aprann plis** sou kijan pou ou pran swen bouch pitit ou.

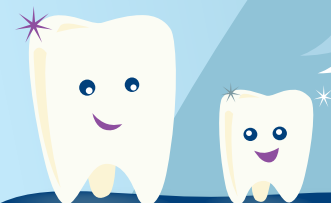
**Fè nouvèl la gaye,** fè lòt moun konnen kijan li enpòtan pou yo pran swen bouch pitit yo.



**Dan an sante**  
*Timoun an sante*

Maryland Dental  
Action Coalition  
[www.mdac.us](http://www.mdac.us)

**Bay**  
pitit ou yon  
bouch ki an  
sante pou tout  
vi li.



**Dan an sante**  
*Timoun an sante*

# Kenbe bouch pitit ou an sante

## Bouch ki an bòn sante enpòtan—menm pou ti bebe ak ti moun piti.

- Move swen nan bouch kapab lakòz pitit ou gen pwoblèm pou li manje, pwoblèm pou li pale, oswa pwoblèm pou li aprann.
- Dan ti bebe genyen espas pou dan ki pral sòti lè li pi gran.

## Yon bouch an sante nesèsè pou yon bòn sante an jeneral.

- Kavite nan dan kapab lakòz doulè ak gwo pwoblèm lasante lakay pitit ou.
- Ou kapab anpeche kavite sa yo fome si ou pran swen bouch pitit ou chak jou.

## Kijan pou ou pran swen bouch ou pandan ou ansent

Li enpòtan pou ou pran swen bouch ou pandan ou ansent. Eta sante bouch ou kapab afekte ni ou menm ni bebe w'ap pote ya.

**Bwose.** Bwose dan ou de fwa pa jou (espesyalman anvan w'al dòmi) avèk pat dantifris ki genyen fluoride.

**Itilize fil dantè.** Netwaye dan ou ak fil dantè yon fwa pa jou. Pran yon longè fil dantè ki mezire environ 45 santimèt, vlope de pwent yo nan dwèt ou. Glise fil dantè ya anwo anba byen dousman nan mitan chak dan yo.

**Ale kay dantis.** Menm si ou ansent, ou kapab ale kay dantis san pwoblèm.

**Manje fwi ak legim.** Evite manje ak bwason ki genyen sik tankou kola, ji, bonbon ak sirèt.

Kenbe bouch pitit ou an sante; bay pitit ou yon bouch ki an sante pou tout la vi li.

**Dan an sante**

*Timoun an sante*