



4 Η  
ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ  
ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ  
ΘΡΑΚΗΣ

## ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΟΝΕΩΝ

Αγαπητοί γονείς/κηδεμόνες,

Στα πλαίσια του προγράμματος Αγωγής Στοματικής Υγείας της 4ης Υ.Π.Ε. επισκέφθηκαν σήμερα το σχολείο του παιδιού σας Οδοντίατροι, με σκοπό την ενημέρωση των παιδιών για τις νόσους του στόματος και του σωστού τρόπου φροντίδας του.

Ακολούθησε απλή Οδοντιατρική εξέταση στο σχολείο και συστήνονται τα παρακάτω:

- Οδοντιατρική θεραπεία
- Καθαρισμό των δοντιών σε Οδοντιατρείο
- Τοποθέτηση Προληπτικών καλύψεων οπών και σχισμών στα μόνιμα δόντια.
- Καλύτερο βούρτσισμα των δοντιών
- Ορθοδοντική εκτίμηση

Μπορείτε και εσείς να βοηθήσετε σημαντικά στη διατήρηση της στοματικής υγείας του παιδιού σας, με τα ακόλουθα βήματα:

-Προτρέπεται το παιδί σας να βουρτσίζει τα δόντια του με φθοριούχο οδοντόκρεμα 2 φορές την ημέρα. Η μία φορά θα πρέπει να είναι οπωσδήποτε το βράδυ πριν πάει για ύπνο.

-Να θυμάστε ότι τα γλυκά και τα ποτά που έχουν ζάχαρη (αναψυκτικά, χυμοί με ζάχαρη, σοκολατούχο γάλα, κ.ά.), είναι βλαπτικά για τα δόντια αλλά και για τη γενική υγεία του παιδιού.

-Προτρέπεται τα παιδιά σας να τρώνε τα γλυκά μετά το φαγητό και ΟΧΙ ανάμεσα στα γεύματα.

-Να προτιμάτε τα φρέσκα φρούτα, παρά τους χυμούς του εμπορίου και τα αναψυκτικά.

-Όλα τα παιδιά χρειάζεται να επισκέπτονται τον οδοντίατρο κάθε χρόνο για προληπτική εξέταση και τοπική εφαρμογή φθορίου (Φθορίωση) στο ιατρείο.

**ΟΙ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΙ**