

幼兒--保持明亮的笑容!



從孩子第一歲次生日開始
檢查牙齒。
之後每 6 個月檢查一次。



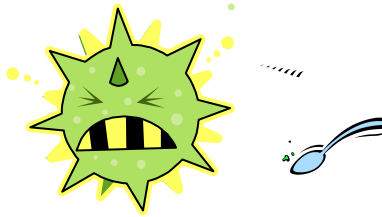
每天刷牙 2 次。使用含
氟化物的牙膏，擠出一
粒像大米尺寸即可。



每天使用牙線潔牙
至少一次，清理兩顆牙
之間的縫隙。



提供白水取代汽水
或其他含糖飲料。
節制果汁提供量。



避免與嬰兒
共用湯匙或杯具。
造成蛀牙的細菌有可能因
此傳播給嬰兒。



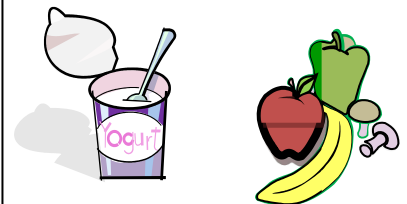
照顧嬰兒時，每天以軟布
擦拭牙齦兩次。
一歲之前戒奶瓶。



提供含氟的水
強健牙齒。



僅以學習水杯提供
水或牛奶。



提供健康的點心

- 蔬菜、水果
- 牛奶、起司、優格

節制食用糖果以及含澱
粉的黏手點心。



www.Dental.ACPHD.org

參考資料：美國兒科學會 (American Academy of Pediatrics)
修改依據：CAMBRA- CDA 期刊 2007 年 10/11 月號
ACPHD 口腔衛生辦公室，010814，修訂 11/2020 Young Children