

أسنان صحية من البداية! التعامل مع قنينة رضاعة الأطفال واللهايات

قنينة رضاعة الأطفال واللهايات - بالنسبة للعديد من الأطفال الصغار (والآباء) هي وسيلة شائعة جدًا لإخماد العطش، وللمساعدة على النوم والتهدئة. ولكن ما الذي يجب الانتباه إليه عند التعامل مع قنينة رضاعة الأطفال والأكواب ذات الفوهة وما إلى ذلك؟



تسوس الأسنان مرض معد - حتى أنه ينتقل من الآباء إلى الأطفال! لذا يجب أن يضع الطفل اللهايات والملاعق والحلمات وما شابه ذلك في فمه هو فقط!

منع تسوس الأسنان

الشكل الصحيح للحلمة

- ← يجب أن تتواءم الحلمات واللهايات مع الفك.
- ← يجب أن تكون الثقوب الموجودة في حلمات قنينة الرضاعة صغيرة بقدر الإمكان، بحيث لا تسقط أكثر من قطرة واحدة في الثانية عند قلب القنينة رأسًا على عقب.

- ← المياه هي أفضل مشروب!
- ← جميع المشروبات التي تحتوي على السكر تساعد على تسوس الأسنان، مثل عصائر الفاكهة وعصير الليمون والشاي المحلى والأطعمة التي تحتوي على الألبان.
- ← لا تعطِ الطفل قنينة الرضاعة / الكوب ذا الفوهة إلا أثناء وجبات الطعام - لا تبدأ بالمص المستمر من البداية!

القطام عن قنينة الرضاعة

- ← يتم القطام عن قنينة الرضاعة بدءًا من عمر سنة، حيث لم تعد هناك الحاجة لتناول الطعام عن طريقها.
- ← اجعل الأطفال يعتادون على الشرب من الكوب / الكأس في أسرع وقت ممكن.
- ← فأكواب الرضاعة أو أكواب تعلم الشرب، مخصصة فقط بوصفها حلاً مؤقتاً.



نصائح للتوقف عن استخدام اللهاية:



- ← بين عمر يتراوح بين 2 و3 سنوات، يتعلم الطفل الاستغناء عن اللهاية.
- ← قلل أوقات استخدام اللهاية! قديم اللهاية بشكل قليل للغاية ولفترة وجيزة قدر الإمكان، على سبيل المثال، توقف عن استخدام اللهاية أثناء اللعب والمرح، ...
- ← أخرج اللهاية من فم الطفل بعد النوم.
- ← استخدم الكتب المصورة التي تدور حول "القطام عن اللهايات".