

Objectif
0 caries!

Aux parents d'enfants fréquentant un jardin d'enfant, une crèche ou une garderie

Vérifions notre Hygiène Bucco-Dentaire.

De nos jours, **1 enfant*** sur 12 a des caries

*enfants de 3 ans à Shizuoka (2019)

Aujourd'hui, pendant une classe spéciale sur le brossage de dents, votre enfant a fait 3 promesses :



- 1 **Fixer l'heure du goûter (1 fois par jour)**
- 2 **Bien mâcher ses aliments**
- 3 **Recevoir un polissage dentaire après le brossage**

C'est aussi une excellente occasion pour toute la famille d'en apprendre plus sur la santé bucco-dentaire!



Caries des dents de lait



Les caries rafolent des dents de lait, elles s'y installent facilement et ont une progression rapide !

Des bactéries vivent dans les cavités dentaires. Si celles-ci ne sont pas traitées durant l'enfance, les bactéries peuvent se transférer aux dents définitives et causer des caries!



Arriverez-vous à collecter les 10 fleurs?

Si vous répondez "oui" à une question, coloriez la fleur en rouge.

Vérifions!!

Est-ce que vous mangez correctement votre goûter?

Consommer sans considération boissons et aliments sucrés augmente considérablement le risque de caries

- ① Est-ce que vous prenez le goûter à la même heure chaque jour?



- ② Est-ce que vous mangez des sucreries avec modération ?



- ③ Est-ce que vous évitez de boire des jus ou boissons énergétiques lorsque vous avez soif?



Pour s'hydrater, prioritez l'eau ou le thé (thé vert ou thé d'orge)!



Vérifions!!

La taille de la brosse à dent convient-elle à la bouche de votre enfant?

- ④ Comparez la taille de vos brosses à dent !

Utilisé par les parents pour les enfants



Enfants



Les brosses à dents avec les filaments abîmés ou écartés doivent être changées.



Vérifions!!

Est-ce que vous faites un polissage final ?

⑤ Est-ce que le polissage final est fait tous les jours?



⑥ Est-ce que vous utilisez un dentifrice contenant du fluor?



Le fluor renforce l'émail de vos dents et les protège des caries.

Parents et enfants doivent utiliser de la soie dentaire!

⑦ Utilisez-vous de la soie dentaire?



C'est particulièrement efficace pour contrer l'apparition de caries entre les dents.

Vérifions!!

Est-ce que vous mâcher bien vos aliments?

⑧ Est-ce que vous faites attention à ne pas avaler tout rond et passer la nourriture en buvant?



La nourriture est avalée sans mâcher.



⑨ Est-ce que des ingrédients nécessitant plus d'effort de mastication utilisés dans les repas?



Vous pouvez couper les ingrédients plus gros afin d'encourager la mastication.



⑩ Est-ce que chaque bouchée est mâchée environ 30 fois?



Toute la famille peut participer à ce défi!



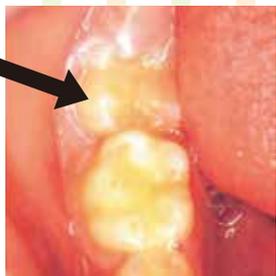
Combien de fleurs avez-vous accumulées?

10-7 : Continuez comme ça !

6-4 : Vous y êtes presque!

3-0 : C'est un bon début !

Molaires d'un enfant de 6 ans



Les molaires sont basses, il est donc plus difficile d'y accéder. On peut les brosser en insérant la brosse à dent sur le côté.



Choisissez un professionnel de la santé dentaire pour votre famille et faites 3 visites de contrôle par an. Demandez à avoir du fluor appliqué sur la surface de vos dents afin de les renforcer et éviter les caries.

Centre de Soutien à la Santé Buccale, ville de Shizuoka

☎ 054-249-3175 Facsimilé. 054-209-1063

En mars 2021, la ville de Shizuoka a créé le Plan de Promotion de la Santé Bucco-Dentaire "Hatsuratsu Smile Plan".

