

#### 4. เด็กอายุ 2 ปีครึ่ง - 3 ปี



- เมื่ออายุ 1 ปีครึ่ง เลิกดื่มนมจากขวด มาดื่มจากถ้วย
- ให้อาหารให้ครบทุกหมู่
- เมื่อเด็กอายุ 1 ปีครึ่ง ฟันกรามน้ำนมขึ้น ต้องแปรงให้ทั่วทุกซี่ทุกด้าน
- ให้อาหารฟลูออไรด์ชนิดน้ำ ( ปรึกษาทันตแพทย์ก่อนใช้ )

- มีฟันน้ำนมขึ้นครบ 20 ซี่
- ให้อาหารให้ครบทุกหมู่
- หัดให้เด็กแปรงฟันเอง แต่ผู้ปกครองควรแปรงซ้ำอีกครั้ง
- อย่าให้เด็กอมข้าว เพราะจะทำให้ฟันผุ
- พาเด็กไปเคลือบฟลูออไรด์ฟันน้ำนม
- ให้อาหารฟลูออไรด์ชนิดเม็ด โดยอมไว้ในปากให้ละลายช้าๆ ( ปรึกษาทันตแพทย์ก่อนให้ )



การดูแลฟัน

เด็กก่อนวัยเรียน



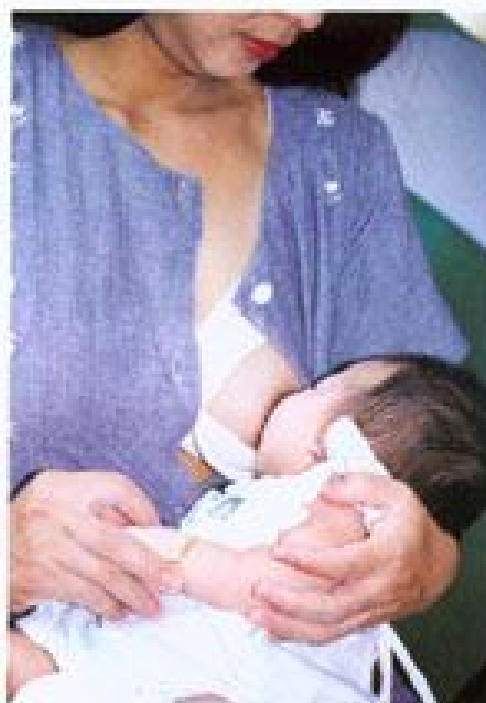
## 1. ระยะตั้งครรภ์



### หญิงตั้งครรภ์

- กินอาหารที่เป็นประโยชน์ เช่น ไข่ นม ปลา ผัก ผลไม้
- แปรงฟันทุกครั้งหลังอาหาร ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์
- ตรวจฟันทุกครั้งที่ไม่ตรวจครรภ์

## 2. เล็กแรกเกิด-อายุ 6 เดือน



- ให้เด็กกินนมแม่เป็นดีที่สุด
- ให้กินนมเป็นเวลา

กองทันตสาธารณสุข  
กรมอนามัย  
กระทรวงสาธารณสุข

## 3. เล็กอายุ 6 เดือน - 2 ปีครึ่ง



- ให้อาหารเสริม
- เมื่อฟันน้ำนมขึ้น แปรงให้เด็ก วันละ 2 ครั้ง โดยใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ และที่ขนแปรงเป็นจุดพอสั้นๆ
- เลิกกินนมเมื่อเด็กเมื่ออายุ 8 เดือน - 1 ปี
- หักกินนมจากถ้วยเมื่ออายุ 1 ปี - 1 ปีครึ่ง
- ให้ฟลูออไรด์ชนิดน้ำหยอดใส่ปาก หรือ หยดในน้ำดื่ม หรือนม เริ่มให้ตั้งแต่ 6 เดือน (ปรึกษาทันตแพทย์ก่อนให้)