

Fluor Flúor



LYDHEILSUSTOD
2018

Chăm sóc và bảo vệ
răng lợi cho trẻ em

Tannvernd barna



Để giữ cho hàm răng khỏe đẹp, cần bổ sung fluor với hàm lượng thấp nhưng thường xuyên. Fluor tham gia vào quá trình liên tục phục hồi men răng, ngăn chặn sâu răng. Fluor chỉ có tác dụng hoạt động bên ngoài bề mặt của răng, cụ thể là bảo vệ men răng, và là chất luôn cần thiết cho mọi lứa tuổi.

Đánh răng bằng kem đánh răng có fluor hàm lượng 0,1%F- mỗi ngày hai lần sẽ giữ cho một lượng fluor tối thiểu luôn có trong miệng. Điều này vô cùng quan trọng để bảo vệ răng hàng ngày, phòng ngừa sâu răng. Nên hết sức chú ý là trẻ con dưới sáu tuổi thường nuốt hầu như hết kem đánh răng có trong miệng. Vì vậy, không được để chúng tự bỏ kem đánh răng lên bàn chải, mà người lớn cần phải lấy kem đánh răng cho chúng, và sau đó cắt kem đánh răng vào nơi ngoài tầm tay với của chúng.

Đối với một số trẻ bị bệnh răng lợi, nguy cơ hỏng răng rất cao, cần phải bổ sung thêm fluor ngoài lượng fluor sẵn có trong kem đánh răng bằng cách là uống thêm thuốc viên có chứa fluor. Bác sĩ nha khoa sẽ hướng dẫn bạn cụ thể cách dùng các loại thuốc đó và bạn phải tuyệt đối tuân theo lời chỉ dẫn về liều



dùng số lượng kem
phù hợp cho trẻ em
sáu tuổi

dùng số lượng kem
phù hợp cho trẻ em
hai tuổi

lượng và cách dùng cho đúng. Trẻ từ sáu đến mười lăm tuổi đang trong thời kỳ thay răng, cũng cần được bổ sung thêm hàm lượng fluor bằng cách súc miệng hay tráng một lớp fluorit lên răng như một lớp men. Ngoài ra nếu ăn uống không lành mạnh (ăn nhiều kẹo, đồ ngọt, uống nước ga, uống rượu, hút thuốc lá) cũng là lý do phải cần bổ sung thêm fluor để bảo vệ răng.

Chỉ dùng vừa đủ lượng kem đánh
răng có fluor

Fluor cho tất cả mọi người

Talið er að lágur en stöðugur flúorstyrkur í munnholi sé nauðsynlegur til viðhalds heilbrigði tanna. Flúor tekur þátt í því viðgerðarferli sem stöðugt er í gangi við yfirborð tannanna auk þess að hafa truflandi áhrif á starfsemi þeirra bakteria sem valda tannskemmdum. Verkun hans er staðbundin á yfirborði tanna og varnandi áhrif þau sömu hjá öllum aldurshópum.

Tannburstun með flúortannkremi að styrkleika 0,1% F- tvisvar sinnum á dag viðheldur lágmarks-flúorstyrk í munnholi og er því afar áhrifamikill þáttur í daglegri vörn gegn tannskemmdum. Hafa ber í huga að þar sem börn undir sex ára aldri kyngja stórum hluta tannkremisins sem upp í þau fer er mikilvægt að þau skammti sér það ekki sjálf og öruggast að geyma tannkremið þar sem þau ná ekki í það.

Þótt ekki sé lengur mælt með almennri notkun flúortafna til varnar tannskemmdum hjá börnum þarfnast ákveðinn hópur barna sem hætt er við



Hæfilegt magn
flúortannkremis
til 6 ára aldurs.

Hæfilegt magn
flúortannkremis
til 2ja ára aldurs.

tannskemmdum meiri flúorverndar en flúortannburstun tvisvar á dag veitir. Tannlæknir leiðbeinir um viðbótarnotkun flúors og mikilvægt er að fylgja fyrirælum um rétta notkun.

Börn á aldrinum sex til fimmtán ára sem eru að fá upp nýjar fullorðinstennur þarfnast aukinnar flúorverndar í formi flúorlökkunar og skolunar auk þess sem slæmar neysluvenjur kalla á aukna flúorvernd.

Hæfilegt magn flúortannkremis

Flúortannkrem (0.1% F -) fyrir alla káta krakka!