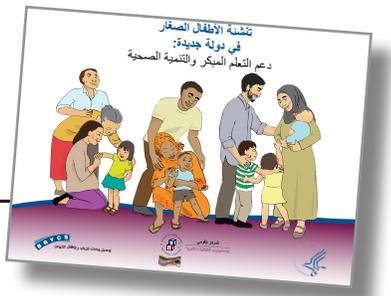


# رفاهية الأسرة: ورقة إرشادات الصحة الفموية

للإعداد المبكر/الإعداد المسبق، إعادة توطين اللاجئين، الإعداد المسبق لأبناء المهاجرين  
والعاملين المؤقتين، مقدمو العناية والتعليم المبكر



يمكن لكل المزودين دعم الأسر للعمل مع أطفالهم في تطوير ممارسات صحية فموية جيدة. تساعد العادات الصحية الفموية الجيدة وزيارات طبيب الأسنان الاعتيادية على منع تسوس الأسنان. تتصل ورقة إرشادات الصحة الفموية بالصفحة 4 من تنشئة أطفال صغار في دولة جديدة: دعم التعلم المبكر والتنمية الصحية للقدرات كتيب.

## بدايات للمحادثة: (أو بإمكان العاملين والأسر والشركاء تصميم أسئلة محددة للبرنامج)

- إلى أي مدى تتشابه أو تختلف ممارسات النظافة الفموية بالولايات المتحدة عن بلدك الأم؟
- ما هي بعض الأساليب التي تعلم بها أطفالك العناية بأسنانهم وتناول العلكة؟
- ما هي معلومات وإرشادات الصحة الفموية التي ترغب في أن تعرف عنها المزيد؟



## لا تنس أن تذكر:

- تسوس الأسنان هو المشكلة الصحية المزمنة والتي تؤرق الأطفال في الولايات المتحدة. وقد ينتج تسوس الأسنان عن المشروبات السكرية والحلوى.
- يمكن للجراثيم التي تسبب تسوس الأسنان أن تنتقل من فم الشخص البالغ لفم الطفل. من الأفضل شطف مسكنة الطفل بالماء بدلاً من تنظيفها بفم شخص بالغ. استخدم معلقة أو شوكة نظيفة إذا كان الشخص البالغ يرغب في تذوق طعام طفله أو طفلته.
- تجنب وضع الأطفال للنوم باستخدام أي مشروبات. فالسكر الموجود في المشروبات يبقى في أسنان الطفل ومن الممكن أن يسبب تسوس الأسنان.
- الأطعمة الصحية وتناول عدد محدود من الوجبات الخفيفة يعزز الصحة الفموية الجيدة. تناول الطعام بشكل متكرر يزيد من الأحماض وقد يؤدي إلى إزالة المعادن من الأسنان مما يسبب تسوس الأسنان.
- الأسنان اللبنية (للأطفال) هامة لأنها تساعد الأطفال على مضغ الطعام بسهولة والتحدث بوضوح والتركيز على التعلم.
- يجب ألا يقوم الأطفال بشطف معجون الأسنان من أفواههم بعد استخدام الفرشاة. فهذا يسمح ببقاء الفلورايد لفترة أطول حتى تمتصه الأسنان.



## الاعتبارات الثقافية:

- قد تكون أسر اللاجئين على دراية قليلة بالعناية الصحية الفموية. لم تتم زيارة أطباء الأسنان إلا في الحالات الحرجة (مثل، خلع الأسنان)، لذا قد تكون تجربتهم مقترنة بالألم.
- يستخدم بعض اللاجئين السواك لتنظيف أسنانهم وقد لا يكونوا معتادين بفرشاة الأسنان التي تستخدم في الولايات المتحدة.
- قد يكون لبعض الأسر مشاكل صحية فموية أكثر في الولايات المتحدة (على سبيل المثال، زيادة السكر في البرنامج الغذائي الأمريكي والاستمرار في تناول المياه المعلبة الخالية من الفلورايد) حتى إذا ما كانت تتوفر لهم الآن العناية الاعتيادية بالأسنان.
- قد يكون لبعض الثقافات ممارسات تقليدية تؤثر على العناية الصحية مثل مضغ بذرة الفوفل (بالنسبة للاجئين القادمين من بورما وأجزاء أخرى من جنوب آسيا ودول المحيط الهادئ) أو إزالة أسنان معينة للتجميل أو طقوس التغيير (بعض الجماعات القادمة من جنوب السودان أو كينيا).

## رفاهية الأسرة: ورقة إرشادات العناية الفموية (مستمر)

### المعايير المطبقة لأداء برنامج الإعداد المسبق:

<http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/standards/hspss/1304>

45 CFR 1304.40 شراكات الأسرة (f) (1) و (2)

45 CFR 1304.22 صحة وأمان الأطفال (a) (1)

45 CFR 1304.20 خدمات نمو الأطفال وتطورهم (c) (3)

### موارد المعرفة والتعلم المبكر للأطفال: المركز القومي للصحة

- اضمني لطفلك فَمَا صحياً

[http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/health/center/oral-health/education-activities/health\\_mul\\_00716\\_101405.html](http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/health/center/oral-health/education-activities/health_mul_00716_101405.html)

[http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/Espanol/salud/Health/salud-oral/health\\_mul\\_00716e\\_101405.html](http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/Espanol/salud/Health/salud-oral/health_mul_00716e_101405.html): بالإسبانية:

- نشرة أخبار "تحديث لنشرة أخبار الصحة الفموية"

<http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/health/center/oral-health/policies-procedures/buoh.html>

- إرشادات الصحة الفموية للأسر

<http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/health/center/health-literacy-family-engagement/family-education/oral-health-family-tips.pdf>

- أنشطة ثقافة الصحة الفموية

<http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/health/center/oral-health/education-activities/OralHealthEduca.htm>