

我们的好朋友 — 牙科医生

给家长的话

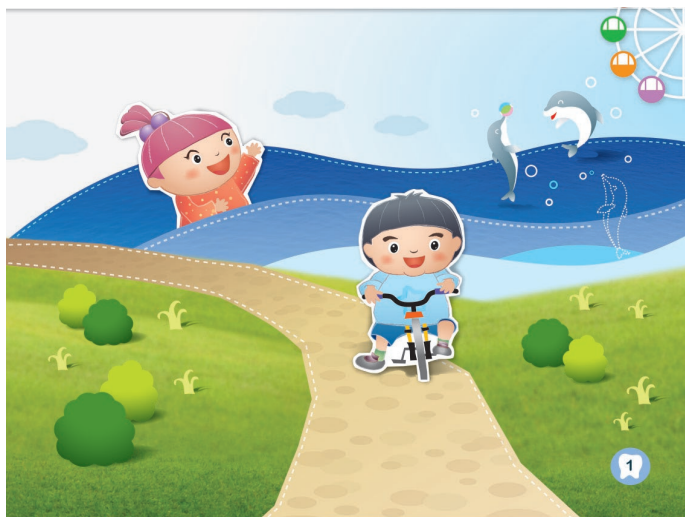
幼儿到牙科诊所时，常常表现不安和恐惧，原因大都由于害怕面对陌生的人和事，例如牙科医生、牙科诊所及接受牙齿检查等。为了帮助孩子消除这些感觉，我们编写了「我们的好朋友 — 牙科医生」故事书，希望借着阳日和阳月见牙科医生的愉快经验，使孩子对牙科医生产生良好的印象。这样，孩子日后便会怀着喜悦及期待的心情见牙科医生，接受专业的口腔护理和照顾。

因此，我们呼吁家长每年带孩子往见牙科医生最少一次，让他们从小养成定期检查牙齿的习惯，使他们跟牙科医生建立良好的关系，以确保孩子拥有口腔健康。我们希望你的孩子爱读这本故事书，并祝愿他们一生拥有阳光的笑容。

在此，我们要向幼儿教育专家陈莉莉博士致谢。她在我们创作这个故事的整个过程中给予许多宝贵的意见及建议。



阳日、阳月是双生儿。咏咏和东东是阳日、阳月的好朋友。



咏咏生日，爸妈带她到海洋世界玩耍。东东生日，爸妈带他踏单车。大家玩得很开心。



今天是阳日、阳月的生日。他们约了好朋友——牙科医生再次见面。他们很兴奋。阳日、阳月在学校里开生日会。吃蛋糕的时候，阳日分享去年见牙科医生的愉快经验。



去年生日，阳日穿上新外衣，阳月戴上黄帽子、带着心爱的玩具，一起去见牙科医生。走进牙科诊所，牙科医生和护士亲切地欢迎他们。



牙科医生和护士戴上潜水眼镜。潜水眼镜很大，很有趣。
 护士也为阳日、阳月戴上太阳眼镜。大家很兴奋，好像到了沙滩一样。
 阳日看见一座八爪鱼机械人，个子很高大。



它有长长的触手，一边拿着探射灯，一边拿着盘子。
 它还有一张椅子，可以升、可以降，又舒服又好玩。



牙科医生拿出很多工具。小镜子像平静的湖面，照出牙齿的倒影。
 百搭钳子像小蟹钳，拿着棉花。
 吹气枪像花洒，替牙齿洗澡，很新奇。X光机像相机，替牙齿拍照。



牙科医生很细心。他替阳日数牙齿，一、二、三…
 护士很友善。她拿着大牙刷，教导阳月刷牙齿。



牙科医生称赞他们懂得爱护牙齿，使牙齿很美丽。
爸爸妈妈很欣慰，阳日、阳月很自豪。



护士也夸他们很乖巧和听话。
阳日、阳月很开心，爸爸妈妈很满意。



他们和牙科医生、护士做了好朋友，还约好了下一年生日再来见牙科医生。



吃过蛋糕，下课的钟声响起了。爸爸妈妈握着阳日、阳月的小手，再去见好朋友——牙科医生。

孩子拥有阳光的笑容是父母的心愿，而健康的牙齿是你孩子笑得灿烂的先决条件。因此，本事务科推行「阳光笑容新一代」家校护齿活动，并为适龄儿童编写一系列图书，向孩子传递护理牙齿的信息。我们相信，如果父母能在日常生活中加以配合，帮助孩子把所学的实践，效果会更加理想。

以下是帮助孩子建立良好护齿习惯的几个要点：

- 一. 孩子应该每天起床后、睡觉前用一粒青豆分量的氟化物 (FLUORIDE) 儿童牙膏刷牙。氟化物能巩固牙齿，防止蛀牙，因此请父母帮助孩子养成这个良好的刷牙习惯。同时，由于小朋友的手部小肌肉活动能力有限，刷牙时未能彻底清洁所有牙齿表面，因此父母需要每晚替孩子刷牙，确保他的牙齿刷得干净，以促进口腔健康。
- 二. 进食次数愈多，蛀牙机会愈大。因此，为了避免孩子随时吃喝，父母需要帮助孩子建立有规律的饮食习惯：每天除了早、午、晚三餐以外，家长额外为孩子安排两餐之间吃喝不多于一次(清水除外)，养成不吃零食、爱护牙齿的良好饮食习惯。
- 三. 孩子的口腔是否健康，须透过专业的牙科医生检查才能确定。因此，父母须带孩子每年定期检查牙齿，在牙科医生的指导下，做好预防及保健的功夫。如果牙齿有任何问题，也可以及早作出适当的治疗。