

Mga Sira sa Ngipin sa Mga Unang taon ng Pagkabata

Dr. Chan:

Mrs Tung, medyo malubha ang tooth decay ng iyong anak.

Mrs. Tung:

Dr. Chan, hindi ko alam kung bakit marami siyang bulok na ngipin sa napakabatang edad. Isa-isang nabulok ang kanyang mga ngipin habang tumutubo pa lang. Sobra siyang nasasaktan, hindi ko alam kung paano hahawakan ang sitwasyon.

Dr. Chan:

Ang inilarawan mo ay ang mga katangian ng Mga Sira sa Ngipin sa Mga Unang taon ng Pagkabata. Iyon ay nagkakaroon ng cavity ang ngipin ng bata pagkatubong-pagkatubo pa lang. Karaniwang nagsisimula ito sa incisors, pagkatapos ay ang pagkakasunud-sunod ng pagtubo ng ngipin, ang iba pang mga ngipin ay isa-isang naaapektuhan.

Mrs. Tung:

Ano? Mga Sira sa Ngipin sa Mga Unang taon ng Pagkabata?!

Dr. Chan:

Mrs. Tung, ang Mga Sira sa Ngipin sa Mga Unang taon ng Pagkabata ay dahil sa hindi tamang gawi sa pagdiyeta at pagpapakain. Karamihan sa mga pagkain ay naglalaman ng asukal, at ang bakterya sa bibig ay kinokonsumo ang asukal para makagawa ng asido. Tinutunaw ng asido ang mga mineral sa ibabaw ng bibig, at unti-unting nabubuo ang cavity. Kailangan na ng espesyal na atensyon ng iyong anak.

Mrs. Tung:

Naintindihan ko. Hindi siya kumakain nang mabuti, akala ko ay dahil sa malnutrisyon ang pagkakaroon niya ng mga cavity. Kaya, pinapakain ko siya nang maraming beses sa isang araw, umaasang makakakuha siya ng higit pang nutrisyon.

Dr. Chan:

Kung parating pinapakain ang iyong anak, tuluy-tuloy na mamumuo ang

asido. Bagaman nagagawang i-neutralize ng laway ang asido upang maprotektahan ang ngipin, kailangan ang tiyak na haba ng oras upang makumpleto ang proseso. Kung masyadong madalas ang pagpapakain, patuloy na mamumuo kung gayon ang asido sa oral cavity, at hindi magagawang i-neutralize ng laway ang asido. Dadagdagan nito ang tsansang magkaroon ng tooth decay.

Bukod dito, ang ilang mga bagong ina na walang karanasan sa pag-aalaga ng kanilang sanggol ay hahayaang makatulog nang may bote sa bibig ang kanilang sanggol upang maiwasang maistorbo ang kanilang pagtulog. Isa na namang pangunahing dahilan iyon na hahantong sa Mga Sira sa Ngipin sa Mga Unang taon ng Pagkabata.

Mrs. Tung:

Ah! Ganoon nga, nasanay akong hinahayaan siyang matulog nang may bote sa kanyang bibig, hindi na ako magtataka kung bakit nasira ang ngipin niya mula sa sobrang pagkabulok.

Dr. Chan:

Tama! Ang dating kasanayan sa pagpapakain at ang kasalukuyang kasanayan sa diyeta ng iyong anak ay parehong mali, kaya humantong sa ganito ang kanyang ngipin.

Mrs. Tung:

Sana nalaman ko na ito noon pa! Ngayon ay may isa na naman akong bagong panganak na sanggol, ano ang dapat kong gawin upang maiwasan niyang magkaroon ng Mga Sira sa Ngipin sa Mga Unang taon ng Pagkabata?

Dr. Chan:

Simple lang, kailangan mo lamang magtuon sa tatlong bagay:

1. Mga kasanayan sa pagpapakain at diyeta

Una sa lahat, huwag hayaang makatulog ang iyong sanggol habang sumususo sa feeding bottle. Kapag umabot siya sa 9 na buwang gulang, tulungan siyang ihinto ang paggamit ng bote at lumipat sa weaning cup, at huwag lalampas sa 6 hanggang 8 regular na kainan sa isang araw. Pagkatapos awatin, kailangang kumain ng sapat na dami ng pagkain ang iyong anak sa mga regular na kainan. Subukang bigyan siya nang hindi hihigit sa isang meryenda sa pagitan lamang ng mga kainan kapag siya ay gutom.

2. Paglilinis ng bibig

Inirerekomendang simulang linisin ang bibig ng iyong sanggol bago tumubo ang kanyang ngipin sa pamamagitan ng dahan-dahang pagpunas sa mas mataas at mas mababang gilagid gamit ang piraso ng mamasa-masang gasa na ibinabad sa inuming tubig. Padadaliin nito ang pagkakaroon ng ugali niyang maglinis ng bibig.

Samantala, dapat mong tulungan ang iyong anak na magsipilyo ng kanyang ngipin gamit ang sipilyong may maliit na ulo ng brush at malambot na bristles. Sa yugtong ito, hindi kailangan ang toothpaste. Kapag 2 taong gulang na ang iyong anak, hayaan siyang matutong sipilyuhin ang kanyang ngipin. Kung alam na niyang idura ang tubig, magagamit ang fluoride toothpaste na sinlaki ng butil na piga kapag nagsisipilyo siya ng ngipin sa umaga at bago matulog sa gabi.

Gayunpaman, dahil ang manual dexterity ng isang bata ay hindi pa ganap na bup sa edad na ito, dapat mo siyang tulungang sipilyuhin ang kanyang ngipin upang malinis nang mabuti ang kanyang ngipin.

3. Regular na check-up sa ngipin

Anim na buwan pagkatapos tumubo ng unang ngipin o kapag umabot sa unang taong gulang ang iyong anak, dapat mo siyang dalhin sa dentista para sa kanyang unang check-up sa ngipin.

Mapapayuhan ka ng dentista kung paano maiiwasan ang mga sakit sa ngipin. Pagkatapos nito, dapat magpacheck-up sa ngipin ang iyong anak isang beses sa isang taon man lang.

Mrs. Tung:

Dr. Chan, binigyan mo ako ng isang napakadetalyadong payo, sa palagay ko ay alam ko na kung ano ang gagawin mula ngayon. Salamat!