1 à 3 ans

North Bay Parry Sound District Health Unit
Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound

Oral Health
Santé buccodentaire

myhealthunit.ca



1 à 3 ans

Première visite dentaire

Votre enfant devrait voir un professionnel dentaire dans les six mois suivant l'apparition de sa première dent, ou au plus tard, à l'âge de 12 mois. Le Bureau de santé offre un dépistage dentaire **GRATUIT** pour les enfants. Voici ce qui se passe lors de cette première visite.

Une hygiéniste dentaire

- offrira à votre enfant un tour dans la chaise dentaire;
- comptera ses dents en regardant dans sa bouche avec un petit miroir;
- discutera de ses observations;
- répondra à vos questions;
- expliquera les programmes qui s'appliquent à votre famille;
- offrira à votre enfant une nouvelle brosse à dents et un jouet.

Avant le rendez-vous

- Parlez des soins dentaires d'une façon amusante et positive.
- Évitez de dire que ça ne fera pas mal ou qu'il n'y aura pas d'aiguille.
- Lisez un livre ou montrez une vidéo sur le brossage des dents, faite pour les enfants.
- Assurez-vous que votre enfant a bien dormi la veille du rendez-vous.

Ensemble, faisons de cette première visite un moment positif. C'est le début d'une belle expérience où votre enfant se sentira en sécurité et à l'aise dans un milieu dentaire.

North Bay Parry Sound District Health Unit
Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound

Oral Health
Santé buccodentaire
myhealthunit.ca

VOIR AU VERSO

Avant 3 ans

- Un adulte doit brosser les dents de votre enfant deux fois par jour pendant deux minutes, surtout avant l'heure du coucher.
- Utilisez une petite brosse à dents à poils doux, mouillée avec de l'eau seulement.
- Commencez à passer la soie dentaire tous les jours dès que deux dents se touchent.

Dès 3 ans

- Utilisez une petite quantité de dentifrice au fluor, équivalente à la grosseur d'un petit pois.
- Laissez votre enfant se brosser les dents. Ensuite, terminez le brossage et passez la soie dentaire.
- Apprenez à votre enfant de recracher le reste du dentifrice au lieu de l'avaler.
- Montrez à votre enfant une bonne routine dentaire. Soyez un bon modèle.

Autres conseils importants

- Évitez les boissons et les collations sucrées, si possible. Offrez plutôt des fruits, des légumes, du yogourt ou du fromage avec de l'eau.
- Soulevez régulièrement la lèvre de votre enfant lorsque les dents du haut commencent à pousser. Si vous voyez quelque chose d'inhabituel, consultez un dentiste.
- Ne donnez que de l'eau après le brossage des dents avant l'heure du coucher afin de réduire le risque de caries.
- Limitez l'utilisation de la suce seulement lors du repos et l'heure du coucher.
- Sucer le pouce pendant longtemps peut changer la forme du palais et peut crochir la position des dents. Encouragez votre enfant à cesser cette habitude avant l'âge de 3 ans. Demandez conseil à votre professionnel dentaire.

Contactez le Bureau de santé pour vous renseigner sur les programmes dentaires disponibles pour les enfants, les adultes et les aînés *admissibles* : **1.800.563.2808,** poste **5227.**

my*healthunit*.ca/ Troussesdesantébuccodentaire

VOIR AU VERSO