4 à 6 ans et plus

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

Oral Health
Santé buccodentaire
myhealthunit.ca





4 à 6 ans et plus

- Les enfants doivent continuer de se brosser les dents deux fois par jour et de passer la soie dentaire une fois par jour sous la supervision d'un adulte.
- La grosseur d'un petit pois de dentifrice au fluor est la quantité recommandée. N'en mettez pas plus.
- Encouragez votre enfant à recracher le reste du dentifrice et ne pas l'avaler.
- Pour que le fluor protège plus longtemps, dites à votre enfant de ne pas rincer la bouche après le brossage.
- Utilisez un sablier pour amuser votre enfants lors du brossage des dents, deux fois par jour pendant deux minutes.
- Montrez à votre enfant une bonne routine dentaire. Soyez un bon modèle.
- Les aliments et les boissons riches en sucre peuvent causer des caries. Essayez de suivre le Guide alimentaire canadien lors de la préparation des repas et des collations pour l'école. Ayez de l'eau disponible à tout temps.
- Manger un morceau de fromage à la fin d'un repas est un bon moyen de protéger les dents lorsque le brossage des dents n'est pas possible.

Scellants dentaires

Vers l'âge de 6 ans, les premières dents d'adulte commencent à sortir. Situées à l'arrière de la bouche, de grosses molaires avec de profonds creux apparaissent. Elles sont plus difficiles à nettoyer et à garder propres.

Discutez avec un professionnel dentaire au sujet des scellants dès l'apparition des nouvelles molaires de votre enfant.

Un scellant dentaire est une mince couche de plastique protectrice qui recouvre les creux des dents pour empêcher les aliments et les bactéries de s'y loger. Cela aide à réduire le risque de caries. C'est un traitement simple et rapide fait dans un bureau 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