



# PAG-GABAY NG NGIPIN - PARA SA 4-8 TAONG GULANG

## PAGLABAS/PAGTUBO NG NGIPIN

SA EDAD NA 4-5, ANG IYONG ANAK AY DAPAT MAGKAROON NA NG LAHAT NG 20 MGA NGIPIN. GAYUNPAMAN, ANG IYONG ANAK AY NAGHAHANDA UPANG MAKUHA ANG KANILANG PANG-NASA HUSTONG GULANG, O PERMANENTENG MGA NGIPIN SA LALONG MADALING PANAHON! SA EDAD NA 6-7 TAONG GULANG DAPAT MONANG ASAHAN NA MAKITA ANG UNANG NGIPIN NG IYONG ANAK NA MAY SAPAT NA NG GULANG; ANG MGA UNANG MOLAR AT TIGNAN MABUTI ANG ILANG MGA GUMAGALAW NA NGIPIN! ANG MGA IBABA AT TAAS NA BAHAGI NG NGIPIN NG IYONG ANAK AY DAPAT HANDA NG LUMABAS AT MAPALITAN NA NG PERMANENTENG MGA NGIPIN. PARA SA PANGKALAHATANG GABAY SA PAGLABAS O PAGTUBO NG NGIPIN, BISITAHIN ANG [LUXCENTDENTAL.ORG](http://LUXCENTDENTAL.ORG)



## KASANAYAN SA KALUSUGAN

ANG PAGKONTROL SA MGA PAGKAING MAYAMAN SA ASUKAL AY SUSI SA PAGKAKAROON NG MALAKAS AT MALUSOG NA NGIPIN! ANG MGA PAGKAIN TULAD NG MANSANAS, YOGURT AT MGA GULAY AY MAHUHUSAY NA PAGKAIN HINDI LAMANG PARA SA ATING NGIPIN KUNDI PARA DIN SA ATING KATAWAN. ANG MGA INUMIN TULAD NG MGA MATATAMIS NA JUICE AT SODA AY DAPAT NA LIMITADO AT MAAARING PALITAN NG GATAS AT TUBIG. ANG IYONG ANAK AY DAPAT BUMIBISITA SA DENTISTA PARA SA REGULAR NA PAGSUSURI TUWING IKA-6 NA BUWAN KAYA'THUWAG KALIMUTANG TUMAWAG AT MAGPATAKDA NG PAGBISITA SA IYONG DENTISTA!

## PANGANGALAGA SA NGIPIN

ANG IYONG ANAK AY DAPAT NA PATULOY NA MAGSIPILYO NG DALAWANG BESES SA ISANG ARAW AT MAG-FLOSS ISANG BESES SA ISANG ARAW. GUMAMIT LAMANG NG KAUNTING TOOTHPASTE AT SEPIYUHIN ANG LAHAT NG NGIPIN SA LOOB NG DALAWANG MINUTO. HUWAG KALIMUTAN NA MAGSEPILYO NG DILA! ABANGAN ANG DIWATA NG MGA NGIPIN! HABANG NAGSISIMULANG LUMABAS ANG IYONG MGA PERMANENTENG NGIPIN ANG MGA NGIPING SANGGOL AY NANGANGAILANGAN NG IBANG LUGAR UPANG MAKAPANATILI NGUNIT ANG DIWATA NG MGA NGIPIN ANG MANGANGALAGA DIYAN! SUSUBUKAN NIYANG HINDI KA GISINGIN AT PAHAHALAGAHAN NIYA ANG IYONG MALINIS NA NGIPIN NA HANDA NA PARA SA KANYA NA NASA ILALIM NG IYONG UNAN.

