

znaleźć na stronie [www.childsmile.nhs.scot](http://www.childsmile.nhs.scot)

Więcej informacji o programie "Dziecięcy Uśmiech" (Childsmile) można

Data zabiegu:

Imię i nazwisko:

[Info. kontaktowe]

Pomocnikiem stomatologicznym

W przypadku jakichkolwiek problemów lub pytań prosimy kontaktować się z:

się zmieniły.

Za około sześć miesięcy umówimy dziecko na ponowny zabieg fluoryzacji zębów lakierem. Zespół Childsmile będzie w kontakcie, by umożliwić aktualizację historii chorobowej dziecka i danych osobowych. Proszę pamiętać o wypełnieniu i przekazaniu tego formularza, jeśli dane

**Uwaga**

## Fluoride varnish aftercare instructions: Polish



# Instrukcje po fluoryzacji zębów

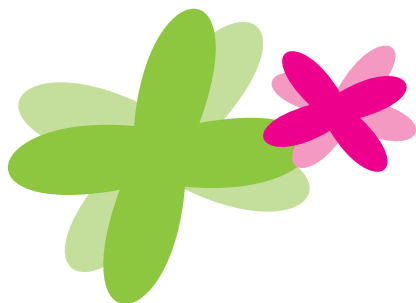
Dziecka zęby były dzisiaj pokryte lakierem z fluorem, co pomaga ochronić zęby.

By uzyskać jak największą skuteczność, ważne jest, aby ten bladożółty lakier pozostał na zębach dziecka tak długo jak to możliwe.

Należy powiadomić swój gabinet dentystyczny, jeżeli w ostatnim czasie w szkole lub przedszkolu przeprowadzono fluoryzację. Dzięki temu gabinet będzie mógł zaplanować właściwe odstępy pomiędzy zabiegami fluoryzacji, aby zwiększyć ich skuteczność.

## Zalecenia:

- Dziecku nie należy podawać fluoru w kropelkach ani tabletkach przez co najmniej dwa dni po fluoryzacji. Następnie należy stosować się do instrukcji.
- Po fluoryzacji dziecko powinno do końca dnia spożywać miękkie pokarmy, aby lakier fluoryzujący pozostał jak najdłużej na zębach.



## Jak chronić zdrowie dziecka zębów w domu

- Dziecka zęby i dziąsła powinny być myte szczoteczką co najmniej dwa razy dziennie, rano i zaraz przed snem. Należy stosować pastę do zębów, zawierającą co najmniej 1000 cząstek fluoru na milion (ppm).
- Dzieci powinny być nadzorowane podczas mycia zębów i należy przypominać im, żeby nie połykały pasty.
- Po umyciu zębów 'plujemy, ale nie płuczemy' – tak aby pasta miała czas odpowiednio zadziałać i ochronić zęby.
- Jedzenie i napoje zawierające cukier należy spożywać wyłącznie podczas posiłków.
- Zwykłe mleko i woda z kranu są najzdrowszą opcją dla zębów.
- Należy zarejestrować się u dentysty i odwiedzać gabinet zgodnie z zaleceniami.