CHILDSMILE

Fluoride varnish for children: Urdu

# بچوں کے لیے
# فلورائیڈ وارنش

Public Health Scotland

NHS SCOTLAND

## فلورائیڈ وارنش کیا چیز ہے؟

فلورائیڈ ایک معدنیات ہے جو دانتوں کی خرابی کو روکنے میں مدد دیتی ہے۔ یہ ٹوتھ پیسٹ اور فلورائیڈ وارنش میں پائی جاتی ہے۔

## فلورائیڈ وارنش کیا ہے اور یہ کس کے لیے استعمال ہوتی ہے؟

فلورائیڈ وارنش ایک ہلکا سا پیلے رنگ کا جیل ہوتا ہے جس کو ایک نرم برش کے ذریعے بچوں کے دانتوں پر پینٹ کر دیا جاتا ہے۔ وارنش تیزی سے بیٹھ جاتا ہے اور اس سے خوشگوار ذائقے اور پھل کی بو آتی ہے۔

دنیا بھر کے سائنسی مطالعات سے یہ بات ظاہر ہوئی ہے کہ فلورائیڈ وارنش دانتوں کو دانتوں کی خرابی سے بچاتا ہے۔

## دانتوں کے ڈاکٹر کے پاس

اسکاٹ لینڈ میں یہ تجویز کیا جاتا ہے کہ تمام بچوں کو 2 سال کی عمر سے سال میں کم از کم دو بار فلورائیڈ وارنش لگائی جائے۔ چند ایک بچے مزید دو بار استعمال کا فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

## چائلڈ اسمائل نرسری اور اسکول

اگر آپ کا بچہ چائلڈ اسمائل نرسری یا اسکول میں فلورائیڈ وارنش پروگرام میں شرکت کرتا ہے تو اس کو چائلڈ اسمائل ڈینٹل ٹیم سال کے دوران دوبار فلورائیڈ لگائے گی۔

نرسری اور اسکول میں لگایا جانے والا فلورائیڈ وارنش آپ کی ڈینٹل پریکٹس میں لگائے جانے والے دو فلورائیڈ وارنش کے علاوہ ہوتا ہے۔ یہ محفوظ ہوتا اور آپ کے بچے کے دانتوں کو اضافی تحفظ فراہم کرتا ہے۔

آپ کو اپنی ڈینٹل پریکٹس کو بتانا چاہیے کہ آیا حال ہی میں فلورائیڈ وارنش نرسری یا اسکول میں لگائی گئی ہے۔ اس سے آپ کی ڈینٹل پریکٹس کو موقع ملتا ہے کہ وہ آپ کے بچے کو فلورائیڈ وارنش کے استعمال سے زیادہ سے زیادہ فائدہ پہنچانے کو یقینی بنائیں۔

چائلڈ اسمائل نرسری اور اسکول پروگرام میں شرکت کے لیے آپ کو اپنے بچے کے لیے رضامندی کا فارم موصول ہوگا۔ یہ ضروری ہے کہ آپ اس فارم کو مکمل کریں اور واپس کریں۔ ہر وزٹ سے قبل چائلڈ اسمائل کے ذریعے آپ سے رابطہ کیا جائے گا اور آپ کے بچے کی میڈیکل ہسٹری اور ذاتی تفصیلات میں رونما ہونے والی کسی بھی تبدیلی کے بارے میں ہمیں بتانے کا موقع دیا جائے گا۔

## استعمال کے دن

اگر آپ کے بچے کے منہ یا اس کے اردگرد زخم ہوئے تو فلورائیڈ وارنش نہیں لگائی جائے گی۔

چند ایک بچوں کو اگر وہ پہلے دمے یا الرجی کی وجہ سے ہسپتال میں داخل ہو چکے ہوں،تو فلورائیڈ وارنش نہیں لگائی جا سکتی۔ ان بچوں کے لیے دانتوں کے ڈاکٹر کی طرف سے خطرے کی مکمل تشخیص کی جائے گی اور یہ فیصلہ کیا جائے گا کہ آیا فلورائیڈ وارنش لگایا جائے۔

# بعد کی دیکھ بھال کے بارے میں ہدایات

آپ کے بچے کو فلورائیڈ وارنش لگوانے کے بعد باقی دن نرم غذائیں کھانی چاہئیں جس سے فلورائیڈ وارنش کو زیادہ دیر تک دانتوں پر رہنے میں مدد ملے گی۔ اس سے بہترین ممکنہ فائدہ ملے گا۔

دن میں کم از کم دو بار صبح اور آخری بار رات کے وقت آپ اپنے بچے کے دانتوں اور مسوڑھوں کو برش کریں۔ اس ٹوتھ پیسٹ کا استعمال کریں جس میں کم از کم 1,000 پارٹس فی ملین (پی پی ایم) فلورائیڈ موجود ہو۔

وہ بچے جو طویل عرصے تک بہت زیادہ فلورائیڈ نگلتے ہیں ان کے دانتوں پر سفید دھبے بن سکتے ہیں۔ یہ دانتوں کی خرابی نہیں ہے۔ فلورائیڈ وارنش کے استعمال یا فلورائیڈ ٹوتھ پیسٹ سے دانت صاف کرنے کی وجہ سے سفید دھبے بننے کا خطرہ بہت کم ہوتا ہے۔

فلورائیڈ لگانے کے بعد آپ کے بچے کو دو دن تک فلورائیڈ کے قطرے یا گولیاں نہیں دی جانی چاہئیں۔ اس کے بعد ہدایت کے مطابق جاری رکھیں۔

ترجمے | ایزی ریڈ | بی ایس ایل | آڈیو | بڑے حروف | بریلے

یہاں سے درخواست کرنے پر ترجمے اور دیگر فارمیٹس دستیاب ہیں:

phs.otherformats@phs.scot
0131 314 5300

ویزٹ کریں www.child-smile.org.uk

0774 8/2022 ALT 8/2022
© Public Health Scotland 2022
پہلی بار شائع کردہ 2011