



ကျန်းမာသော သွားများအတွက် ဖလိုရိုဒ်ဆေး

ဤအခမဲ့ဝန်ဆောင်မှုကိုရယူအသုံးပြုရန် လက်မှတ်ထိုးထားသော ခွင့်ပြုချက်စာရွက်ကို ပြန်ပို့ပေးပါ။

အခမဲ့ ဖလိုရိုဒ်ဆေးနှင့် သွားရောဂါစစ်ဆေးမှုတို့ကို သင့်ကလေး၏ကျောင်းတွင် အခမဲ့ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။ သွားရောဂါစစ်ဆေးမှုသည် သင့်ကလေး၏သွားများ ယေဘုယျကျန်းမာရေးကိုစစ်ဆေးရန် ခံတွင်းထဲသို့ လျင်မြန်စွာကြည့်ရှုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဖလိုရိုဒ်ဆေးသည် သွားပေါ်တွင်သုတ်လိမ်းသည့်အကာအကွယ်အလွှာတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

သင်သိထားသင့်သော အချက်များ-

အသေးစိတ်
သိရှိလိုပါကကျွန်ုပ်တို့ထံ
503-521-7166 သို့
ဖုန်းဆက်လိုက်ပါ။

- ☺ ဖလိုရိုဒ်ဆေးသည် သွားပိုးမစားအောင် ကာကွယ်သည့် လျင်မြန်စိတ်ချရသော နည်းလမ်းဖြစ်သည်
- ☺ ဖလိုရိုဒ်ဆေးသည်မနာကျင်ပါ
- ☺ စစ်ဆေးမှုများနှင့် ဖလိုရိုဒ်ဆေးတို့ကို သွားဆရာဝန်များက ဆောင်ရွက်ပါသည်



ကျန်းမာသော အပြုံးကိုဆောင်ခြင်း

- ☺ နေ့စဉ်သွားတိုက်ပြီး သွားပွတ်ကြိုးသုံးပါ
- ☺ ဖလိုရိုဒ် သွားတိုက်ဆေးကိုဆန်စေ့အရွယ်ပမာဏ သုံးပါ
- ☺ သစ်သီးနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကဲ့သို့ ကျန်းမာစေသော အဆာပြေ စားစရာများ ရွေးချယ်ပါ
- ☺ ဖျော်ရည်မဟုတ်ဘဲ ရေကိုသောက်ကြည့်ပါ
- ☺ ကျန်းမာသော ငယ်သွားများရှိပါကအသက်ကြီးလာလျှင် သွားရောဂါ ပြဿနာများ ကာကွယ်ပေးပါသည်
- ☺ သွားဆရာဝန်ကို အနည်းဆုံး တစ်နှစ်တစ်ကြိမ်ပြသပါ





Fluoride Varnish for Healthy Teeth

Please return a signed permission slip to use this free service.

Free fluoride varnish and dental screenings are offered at your child's school. A dental screening is a quick look inside your child's mouth to check the overall health of their teeth. Fluoride varnish is a protective coating brushed on the teeth.

For more information,
please call us at
503-521-7166.

What you need to know:

- ☺ Fluoride varnish is a safe and quick way to protect teeth from cavities
- ☺ Fluoride varnish does not hurt
- ☺ Screenings and fluoride varnish are done by dental care professionals

Keeping A Healthy Smile

- ☺ Brush and floss every day
- ☺ Use fluoride toothpaste the size of a grain of rice
- ☺ Choose healthy snacks such as fruits and vegetables
- ☺ Try drinking water over juice
- ☺ Healthy baby teeth will help prevent problems in adult teeth
- ☺ See a dentist at least once a year

