



Koj puas tau nug koj tus kheej tias, “Qhov kuv luag puas yuav ua tau kom zoo zog?” los sis “Puas yuav ua tau kom kuv cov hniav uas tsuas, (tsis ncaj, nti los sis lem) zoo zog?” Ua tsaug rau cov kev xav ntawm kev kho kom hniav zoo nkauj niaj hnuv no, lo lus teb mas tej zaum yuav yog, “Tsis yog tias nws yuav ua tau xwb, tiam sis feem ntau, nws yuav ua tau ceev, tsis mob thiab yuav them taus.”

Tej zaum koj yuav kho tau koj lub qhov ncauj uas ua ib, tej zaum ob, los sis ntau tshaj ntawm cov kho kom hniav zoo nkauj uas muaj niaj hnuv no.

- Kev tso tshuaj kom dawb ua kom cov hniav uas raug tsuas los sis tsuas kob los ntawm cov khoom noj thiab hnuv nyooq, los sis tsuas vim kev raug mob. Muaj ob txoj kev los tso tshuaj kom cov hniav dawb los ntawm cov neeg uas txawj. Koj tus kws kho hniav uas yog ib tug neeg koom hauv California Dental Association (CDA) yuav muab ib los sis ntau tshaj ib qho tshuaj ua kom dawb rau koj ib tug los sis ntau tshaj ib tug hniav rau thaum mus ntsib nws ib zaug twg, uas mus ob peb zaug. Los sis, yuav ntsuas koj es ua ib lub tais tso tshuaj dawb kom haum koj uas koj coj li ob peb teev txhua hmo tom tsev. Txoj kev no tej zaum yuav siv sij hawm li ntawm ib mus rau rau plua (week).
- Kev puab yog siv ib co kua nplaum yas uas cov kob zoo li tus hniav uas hu ua composite resin tso rau ntawm tus hniav uas yaig, tawg los sis tsuas kob. Qhov composite resin tseem yuav ntsaws tau qhov khoob ntawm koj cov hniav thiab tiv thaiv lub hauv paus uas pom vim cov pos hniav txav. Tag nrho txoj kev ua no nws tsis mob thiab feem ntau tau mus ntsib ib zaug xwb. Tiam sis, cov uas kho nyuaj tej zaum yuav tau mus ob peb zaug.
- Cov plooj (veneers) uas yog porcelain uas nyias nyias, txiav kom haum, qhov kob zoo li tus hniav uas npog rau ntawm hauv ntej ntawm koj cov hniav. Thaum uas siv rau lawm, lawv yuav kho los sis npog cov hniav uas nyob tsis ncaj, tsis zoo nkauj,

puas lawm, los sis tsuas kob. Txoj kev uas siv cov plooj feem ntau yuav tau mus ntsib koj tus kws kho hniav CDA ob zaug.

- Yog hais tias koj cov hniav nws nyob sib ti los sis tsis ncaj, lawv tseem yuav kho tau kom khaus me ntsis hauv ib qho kev ua hu ua kho cov txha hniav laus los sis kho kom nkhaus zoo nkauj. Piv txwv li, ib tug hniav zoo nkaus li ntev dua lwm cov, yuav tshem tau ib co txha hniav laus thiab rov kho koj tus hniav. Txoj kev no feem ntau nws ua tau ceev thiab tsis mob.
- Cov kev tsim tej yam tshiab tsis ntev los no hauv cov kev kho cov hniav nkhaus kom zoo nkauj, xws li kom tsis tshua pom thiab cov uas tuav (brackets) thiab cov hlua (wires) uas pab tau, tam sim no ua rau kev kho cov hniav nkhaus kom ncaj ntawm zoo dua uas neeg kam ua ntawm ntau tus neeg laus. Qhov uas seb koj yuav tau coj ntev npaum li cas yog nyob ntawm seb koj qhov teeb meem loj npaum li cas, qhov kev kaj huv ntawm koj cov hniav, cov pos hniav thiab tus pob txha uas txhawb ntawm, thiab koj lub hnuv nyooq.
- Ib tug hniav los sis cov hniav uas poob lawm yuav muab cog tau rau. Kev cog hniav yog ib co kaus hniav dag uas muab txuas ncaj qha rau koj lub puab tsaig. Cov ntawm nws ruaj dua thiab zoo li qhov tseeb dua cov hniav yas los sis tus hniav txuas (bridgework), tiam sis tej zaum nws yuav kim thiab txoj kev ua no yuav ntev heev. Cov neeg uas coj lo hniav yas (denture) mus ntev heev tseem yuav tau qhov zoo los ntawm cov hniav cog uas muab lawv lo hniav yas uas xoob kom ruaj rau ib qho kev tsim los cog kom ruaj.

Yog hais tias koj tsis tshua nyiam koj cov hniav, los sis tsuas xav kom luag tau zoo nkauj zoo nraug, nrog koj tus kws kho hniav CDA tham txog cov kev xaiv ntawm kev kho kom hniav zoo nkauj.