

Bệnh Sâu Răng nơi Trẻ Rất Nhỏ (Early Childhood Caries)
California Dental Association (Hội Răng California)
MOVING FORWARD. TOGETHER. (TIẾN TỚI. CÙNG NHAU)

Bệnh Sâu Răng nơi Trẻ Rất Nhỏ (ECC), cũng còn được gọi là hư răng nơi trẻ tuổi bú sữa (baby bottle tooth decay) (BBTD) là một căn bệnh hay bị lây nhiễm có thể ngăn ngừa được, gây ra do một số loại vi khuẩn sống trong miệng. Vi khuẩn dính vào lớp men ngoài răng gọi là mảng (plaque). Vi khuẩn sống bằng những thứ ta ăn, nhất là đường (kể cả đường trong trái cây) và những chất tinh bột đã nấu nướng (bánh mì, khoai tây, cơm, nui Ý, vv...). Vào khoảng 5 phút sau khi ta ăn hay uống, vi khuẩn bắt đầu làm ra chất acít khi chúng tiêu hoá đồ ta đã ăn. Những acít này có thể phá bề mặt ngoài của răng và hòa tan những chất khoáng quý giá. Kết quả là bị sâu răng. Những đứa trẻ ăn vặt luôn luôn, có một mức độ cao về vi khuẩn, hay đi ngủ với một bình chứa bất cứ thứ gì ngoài nước, có nhiều triển vọng bị ECC hơn.

LÀM SAO NGĂN NGỪA ECC?

Nhiều bậc cha mẹ không ý thức được rằng những thứ đồ ăn uống nhiều chất bổ như sữa, sữa theo công thức, sữa mẹ, và nước trái cây có những thứ đường tạo ra theo tự nhiên có thể góp phần vào quá trình bị sâu răng. Khi trẻ con đi ngủ với một bình sữa chẳng hạn, chất lỏng nằm trong miệng đứa bé trong một thời gian dài, tạo nên môi trường lý tưởng cho vi khuẩn. Quý vị không thể ngưng cho cháu nhỏ ăn đồ bổ dưỡng, nhưng quý vị có thể điều tiết việc khi nào và bằng cách nào con quý vị bị đường tấn công. Hãy giới hạn việc ăn vặt giữa các bữa ăn và trong trường hợp cần cho bú bình, chỉ nên cho bú nước vào giờ đi ngủ đêm hoặc ngủ trưa.

Những khảo cứu đã cho thấy trẻ sơ sinh không được sinh ra với vi khuẩn gây ra sâu răng, nhưng bị nhiễm phải vi khuẩn này, thường thường ở vào tuổi rất nhỏ, từ người chăm sóc cháu - phần chính là các bà mẹ. Nếu khi nào quý vị có bị sâu răng, quý vị mang theo vi khuẩn gây sâu răng. Những người chăm sóc trẻ nhỏ có răng sâu không chữa có mức độ vi khuẩn cao hơn trong miệng và dễ dàng truyền vi khuẩn cho con cái hơn. Hãy đến thăm nha sĩ hội viên của CDA để khám răng và trám răng sâu. Nha sĩ của quý vị có thể khuyến cáo nên dùng nước súc miệng chống vi khuẩn hay kẹo cao su có chứa chất [xylitol](#) để giúp giảm số lượng vi khuẩn trong miệng quý vị.

Vi khuẩn được truyền qua nước bọt (nước miếng) và có thể xuất hiện trước khi chiếc răng đầu tiên xuất hiện.

- Hãy tránh việc dùng chung muỗng và nĩa với con quý vị
- Hãy dùng nước để rửa đầu vú dùng để đút vào miệng trẻ cho bớt khốc thay vì rửa trong miệng quý vị

Những kỹ thuật cho ăn đúng cách và rửa miệng con quý vị cũng giúp cho việc ngăn ngừa ECC.

- Ôm giữ đứa nhỏ khi quý vị cho nó ăn
- Lấy bình sữa đi khi nó buồn ngủ

- Lau chùi răng/lợi (nướu) đũa trẻ với khăn lau ẩm ít nhất hai lần một ngày và khi đũa nhỏ ăn xong
- Giữ một thời biểu cho ăn nhất định và giới hạn việc cho ăn vặt giữa các bữa ăn
- Đem đũa nhỏ đến một nha sĩ hội viên của CDA trước khi nó tròn một tuổi

Cha mẹ đóng một vai trò quan trọng trong việc khám phá ra sớm sự hư răng. Kéo môi đũa nhỏ lên để tìm những dấu hiệu sâu răng sớm - những đốm trắng. Nếu thấy những đốm trắng, nhất là trên những chiếc răng cửa của cháu bé, xin hãy làm hẹn với một nha sĩ hội viên CDA. Nha sĩ của quý vị có thể muốn dùng chất fluoride trong vài tháng để bảo vệ răng con quý vị khỏi bị hư hại thêm.

Khi con quý vị được sáu tháng tuổi, hãy bắt đầu đánh răng cho nó bằng một bàn chải nhỏ mềm mà không dùng kem đánh răng. Vào tuổi này, nha sĩ hoặc bác sĩ nhi khoa của quý vị có thể cho thuốc bổ sung có chất [fluoride](#). Chất fluoride giúp làm khỏe răng đang mọc, làm chúng khó sâu răng hơn. Những đũa trẻ uống nước công cộng có chất fluoride không nên được cho thêm chất bổ sung fluoride.

Hãy bắt đầu đánh răng cho con quý vị với một chút xíu kem đánh răng cỡ bằng hạt đậu vào lúc cháu hai tuổi. Hãy bảo cho cháu đừng nuốt kem đánh răng. Hãy tiếp tục giúp cho cháu đánh răng cho đến khi chúng đã thành thạo việc này - thường thường vào lúc cháu lên tám tuổi.

Hãy ghi nhớ:

- Tránh truyền nước miếng của quý vị vào miệng con
- Cho nước vào bình hoặc ly hút chút một vào lúc ngủ đêm hay trưa
- Kéo môi cháu lên để tìm xem có dấu hiệu hư răng hay không
- Giới hạn ăn vặt giữa các bữa cơm
- Giữ cho miệng đũa trẻ được sạch sẽ
- Đem cháu đến một nha sĩ hội viên CDA trước khi cháu đầy một tuổi
- Làm hẹn khám răng với nha sĩ hội viên CDA để giữ gìn sức khỏe răng miệng tối đa

800.CDA.SMILE
cda.org