

Cov Hniav Tuaj Thaum Tiav Hluas

California Dental Association
1201 K Street, Sacramento, CA 95814
800.232.7645 cda.org



Muaj ntau zaj lus uas hais txog yuav muab cov hniav tuaj thaum tiav hluas hu li cas. Ib zaj lus qhia tias cov hniav no yuav tsis pom muaj kom txog thaum lawv muaj hnuv nyoog li ntawm 18 xyoo – lub hnuv nyoog uas peb pom tias yog nyob rau ntu tiav hluas lawm. Yog thaum zoo li ntawv, ces qhov kev ntsuas me me yuav yog ib qho ploj mus.

Raug los yog tsis raug:

- Txhua tus neeg cov hniav tuaj thaum tiav hluas yuav tuaj sai dua lossis qeeb dua.
- Txhua tus neeg cov hniav tuaj thaum tiav hluas yuav tsum tuaj sai dua lossis qeeb dua.
- Qhov cim uas tus kaus hniav tuaj thaum tiav hluas yuav raug hloov yog thaum uas ua rau hnov mob.
- Txhua tus neeg yeej muaj cov hniav tuaj thaum tiav hluas thaum yug los.

Yog tias koj tau teb tias “Raug” rau ib nqi twg ntawm cov lo lus nug no, koj tau txais qee qhov yuav tau ua ntxiv.

Qhov uas raug yog:

1. Qee tus neeg cov hniav tuaj thaum tiav hluas tsis pom tshwm li. Cov no yog saib raws li kev cuam tshuam ntawm cov hniav tuaj thaum tiav hluas. Qhov tsis zoo mas yog, cov hniav no tuaj yeem ua rau muaj teebmeem hauv qab ntawm cov pos hniav uas yog loj hlob thiab muaj kev puas tsuaj rau tus hniav puas hnuv nyoog 12 xyoo. Hauv qhov xwm txheej no, koj tus kws kho hniav yuav hais kom muab tshem tawm.
2. Ntxiv rau cov teebmeem cuam tshuam txog cov hniav tuaj thaum tiav hluas, ib txhia uas tsis pom tuaj cov hniav tuaj thaum tiav hluas (tuaj rau hauv cov pos hniav me ntsis) yuav tsum tau muab tshem tawm. Cov khoom noj daig thiab cov kab mob uas nyob ntawm cov kws hniav ntawm cov hniav uas tuaj tshiab thiab cov pos hniav, thiab tuaj yeem ua rau kis kab mob tau thiab cov pos hniav muaj mob, tsis hais txog qhov tsis xis nyob. Thaum uas ib txwm muaj qee qhov pheej hmoo tsim kev puas tsuaj rau cov hlab ntshav hauv lub pob tsaig thaum muab cov hniav tuaj thaum tiav hluas rho tawm, koj tus kws kho hniav yuav ntsuas cov kev pheej hmoo thiab cov kev pab tshem tawm cov hniav raws li koj qhov xwm txheej mob thiab yuav sab laj nrog koj txog kev tuav tswj thaib kev tshem tawm.
3. Cov neeg feem coob uas muaj teebmeem nrog lawv cov hniav tuaj thaum tiav hluas mob raws lub ciaj nyoog ib puag ncig. Thaum qhov mob ntaug ib pliag lawv yuav xav tias nws tsis yog ib qho teebmeem loj txaus rau qhov yuav txhawj xeeb txog. Cov kev mob raws caij nyoog ib puag ncig no tuaj yeem txuas ntxiv mob txhua lub xyoo. Txawm li cas los xij, nws yog

ib qho zoo dua kom muab tshem tawm cov kaus hniav no thaum ntxov, as yog muab phais thiab muab nws rho tawm yuav yog ib qho yooj yim dua thaum nws cov pob txha pab tsais tseem mos dua thiab khov dua.

4. Muaj feem pua tsawg txog cov neeg hmoov zoo uas thaum yug los muaj yam tsawg kawg ib tus hniav tuaj thaum tiav hluas ploj. Qee tus neeg yeej tsis muaj hlo ib tus li!

Kev mus kuaj hniav tas li yog ib qho tseem ceeb ntawm kev tu koj cov hniav tuaj thaum tiav hluas kom tsis muaj mob thiab ruaj khov – thiab pab ua kom koj tus kws kho hniav kom muaj lub sij hawm txaus los muab cov lus qhia kom tshem tawm, raws li qhov uas tsim nyog.