

## Ntxuav Hniav Dawb

Yog koj xav kom koj lub qhov ncauj luag nyav pom cov hniav ci thiab dawb paug, nrog koj tus kws kho hniav CDA tham seb txoj kev siv tshuaj ntxuav hniav dawb puas yog rau koj!

### **Yog vim li cas kuv cov hniav thiaj li raug tsuas thiab kev siv tshuaj ntxuav dawb puas yuav pab tau?**

Cov kev raug tsuas uas yuav ntxuav tawm tau yooj yim tshaj yog cov uas nquag tsuas heev tshaj. Cov no yog los ntawm lwm yam sab nraud los, xws li haus kasfes los sis haus tshuaj yej, thiab haus luam yeeb. Ntxiv mus, cov hniav yuav daj zuj zus thaum laus zuj zus vim cov plawv txha hniav (txheej hauv qab ntawm txheej plooj saum toj) hloov zus uas yuav pom tshab ntawm txheej plooj saum toj mus rau. Kev siv tshuaj ntxuav hniav dawb yuav pab tau zoo heev thiab feem ntau yuav pab tau cov hom tsuas zoo li no.

Lwm cov hom tsuas yog tshwm sab hauv tuaj, xws li raug tsuas los ntawm txoj kev siv tshuaj tetracycline los yog siv tshuaj fluoride ntau dhau heev thaum thawj cov xyoo uas cov hniav tab tom pib tuaj. Cov uas raug tsuas tsaus dub thiab dub los ntawm tej yam zoo li no yuav siv tshuaj ntxuav hniav dawb tau nyuab dua.

### **Txoj kev siv tshuaj ntxuav hniav dawb yog yuav ntxuav li cas?**

Muaj txoj kev siv tshuaj ntxuav kom hniav dawb hauv qhov chaw kho hniav thiab tom tsev tib si. Ntau hom tshuaj uas siv los ntxuav hniav dawb yeej siv tib hom kua tshuaj dawb, carbamide peroxide, tsuas yog cov txheej txheem kev siv thiab cov npe tshuaj uas siv kua tshuaj dawb qhov ntau thiab tsawg thiaj sib txawv xwb.

Nyob rau hauv chaw kho hniav, cov txheej txheem siv tshuaj dawb ntau dua thiab/los yog siv nrog ib hom teeb ci rau kom ntxuav hniav dawb ceev dua. Cov kev no ntxuav tau hniav dawb ceev dua, tiam sis kuj yog cov kev ntxuav hniav dawb kim tshaj plaws thiab. Cov npe tshuaj uas muaj tshaj 15% tshuaj peroxide txuam nrog yuav tsum yog siv hauv lub chaw kho hniav kom muaj tus nrog tswj xyuas rawv xwb.

Txoj kev ntxuav hniav dawb tom tsev yuav siv plaub tsib hnuv mus txog rau ob peb lub lim piam thiaj li dawb tiav, uas yuav dawb qeeb thiab maj mam dawb zuj zus. Txoj kev siv hom ntxuav no, koj tus kws kho hniav CDA yuav yees duab koj lub qhov ncauj thiab nchuav ib lub tais kom dhos haum nkaus koj cov hniav los tso cov kua tshuaj dawb rau hauv. Yuav muab cov ncauj lus qhia koj tso cov kua tshuaj dawb rau hauv lub tais thiab yuav qhia seb muab looj

rau koj cov hniav ntev npaum li cas ib zaug twg. Feem ntau, lub sij hawm tsau kua tshuaj dawb tsuas kav ntev li ob peb teev xwb.

### **Kev siv cov tshuaj ntxuav hniav dawb thiab cov tshuaj txhuam hniav kom dawb hauv khw zoo li cas?**

Txawm tias muaj ntau hom tshuaj hauv cov khw (OTC) uas hais tias lawv yog tshuaj ntxuav hniav dawb, txoj kev ntxuav hniav dawb uas zoo tshaj yog muaj tus kws kho hniav nrog tswj xyuas. Tej thaum twg, kuj siv tsis tau tshuaj ntxuav hniav dawb, thiab koj tus kws kho hniav CDA yuav qhia tau seb koj cov hniav thiab cov pos hniav puas noj qab nyob zoo txaus kom siv tau cov kua tshuaj dawb thiab ntxuav tau cov hniav dawb taus tiag. Ntxiv mus, vim nws yog ib hom khoom ua kom zoo nkauj xwb, nom tswv tsis tswj xyuas cov tshuaj hauv khw OTC zoo li lawv tswj xyuas cov khoom kho mob los yog tshuaj kho mob.

Yog koj txiav txim siv cov tshuaj ntxuav hniav dawb hauv khw OTC, cov tsim los ntawm cov chaw lag luam loj uas muaj koob muaj npe nrov yeej muaj keeb kwm zoo thiab ntxuav hniav dawb taus tiag, tiam sis lawv siv cov tshuaj peroxide tsawg dua thiab txoj kev ntxuav hniav dawb qeeb dua li cov tshuaj uas koj tus kws kho hniav CDA muab.

Rau cov hom tshuaj ntxuav hniav dawb hauv khw OTC uas siv lub tais los tuav cov kua tshuaj dawb, feem ntau lub tais ntawd yuav tsis nchuav kom dhos haum kom cov tshuaj tsis txhob ntws mus rau cov pos hniav los yog ntws tawm kom nqos tau.

Cov tshuaj txhuam hniav kom dawb feem ntau yog muajcov ntxhib ntxhib txuam nrog txhuam kom cov hniav kom huv thiab dawb dua. Tiam sis, yog siv cov ntxhib ntxhib no los txhuam cov hniav mus ntev yuav ua rau txheej hniav plooj saum toj yaig thiab yuav tsis ci thiab tsis tshiab lawm. Yog yuav siv cov tshuaj no, yuav tsum ua tib zoo siv.

Yog tshuaj txhuam hniav dawb muaj cov tshuaj peroxide txuam nrog, lub sij hawm uas cov tshuaj txhuam hniav chwv cov hniav lub heev dhau uas yuav txhuam tsis tau cov hniav kom dawb taus. Cov tshuaj no tsuas yog zoo siv los txhuam pab kom cov hniav dawb twj ywm tom qab twb muab cov hniav siv tshuaj ntxuav tau dawb lawm xwb.

Nco ntsoov tham nrog koj tus kws kho hniav CDA ua ntej koj siv ib yam tshuaj dab tsi hauv khw rau koj cov hniav kom koj paub tseeb seb puas zoo siv thiab puas ua hauj lwm rau koj cov hniav.