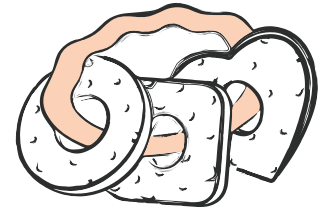


DALJA E DHËMBËVE




Dalja e dhëmbë është një proces natyral ku dhëmbët e një foshnjeje fillojnë të dalin përmes dhëmbëve të poshtëm. Mund të jetë e përgjithshme për foshnjat, por ka disa mënyra që prindërit mund të ofrojnë lehtësim:

- 1 MASAZHOJENI BUTËSISHT DHËMBËT**
Duke përdorur një gisht të pastër ose një leckë të freskët dhe të lagur, masazhoni butësisht dhëmbët e foshnjës për të ndihmuar në lehtësimin e ndjesisë të pakëndshme.
- 2 PËRDORIMI I LODRAVE PËR TË POSATËSHME**
Unaza ose lodra për daljen e dhëmbëve e bërë nga materiale të sigurta mund të ofrojnë foshnjave diçka të sigurt për t'i ndihmuar. Sigurohuni që ato janë specifikisht të projektuara për daljen e dhëmbëve dhe mund të ftohen në frigorifer (jo të ftohtë) për një ndihmë të shtuar.
- 3 PAKETIMI I FTOHTË**
Një leckë e ftohtë dhe e lagur ose një lodrë të ftohur e vendosur në dhëmbët e foshnjës mund të ndihmojë në ftohjen e zonës dhe zvogëlimin e inflamacionit. Evitoni të ftohen ekstremisht lodrat për daljen e dhëmbëve, pasi ftohja e ekstremë mund të jetë e dëmshme.
- 4 OFROJINI USHQIME TË FTOHTA**
Nëse foshnja juaj ka filluar të hajë ushqime, ofrimi i ushqimeve të ftohta dhe qetësuese si pure të ftohta ose kos mund të ndihmojë në qetësimin e dhëmbëve të tyre.
- 5 MEDIKAMENTET PËR LEHTËSIMIN E DHIMBJES**
Konsultoni një pediatër përpara se të përdorni çdo medikament për lehtësimin e dhimbjes. Disa medikamente pa recetë mund të rekomandohen nga një mjek për të lehtësuar dhimbjen dhe zvogëluar inflamacionin.
- 6 DISTANCIMI DHE REHATIJA**
Ndonjëherë, duke dhënë përqaftime shtesë, vëmendje dhe komoditet mund të ndihmojë foshnjat të reduktojnë ndjesinë e pakëndshme të daljes së dhëmbëve.
- 7 MBAJENI HIGJENËN E MIRË ORALE**
Edhe para se dhëmbët të dalin plotësisht, pastroni butësisht dhëmbët me një leckë të pastër dhe të lagur pas konsumimit të ushqimeve për të mbajtur higjienën orale të mirë.
- 8 EVITONI VEPRIMET TRADICIONALE TË DËMSHME**
Disa veprime tradicionale për daljen e dhëmbëve, si zgjidhjet e bazuar në alkool ose tableta homeopatike për dhëmbët, mund të jenë të dëmshme për foshnjat. Gjithmonë konsultoni një profesionist të kujdesit shëndetësor para se të përdorni ndonjë metodë tradicionale.
- 9 MONITORONI SHENJAT E DALJES SË DHËMBËVE**
Përhapja e shpërndarjes së lëngjeve, irritabiliteti, zgjuarsia, ngryshimi dhe ndryshimet në modelet e ngrënit dhe gjumit janë shenja të zakonshme të daljes së dhëmbëve. Megjithatë, konsultoni një mjek nëse foshnja juaj përjeton simptoma të rënda si temperaturë e lartë e trupit, diarree ose skuqje.
- 10 RUANI DURIMIN DHE QETËSINË**
Procesi i daljes së dhëmbëve mund të jetë një fazë sfiduese për të dy palë foshnjat dhe prindërit. Ruani durim dhe ofroni kënaqësi dhe kujdesin që foshnja juaj ka nevojë gjatë kësaj kohe.

KUJTONI, secila foshnje është e ndryshme, kështu që është e rëndësishme të gjeni atë që funksionon më mirë për fëmijën tuaj. Nëse nuk jeni të sigurt ose shqetësoheni për procesin e daljes së dhëmbëve së foshnjës suaj, është gjithmonë një ide e mirë të konsultoheni me një pediatër për këshilla personalizuar.

FURTHER INFORMATION

 happybabycommunity.org.uk
Telephone: 07394 609388



**HAPPY BABY
COMMUNITY**