

# Dhembet e shendoshe te femijeve- 8 pyetje dhe 8 pergjigje



Permbajtja e keshillave te Dr. Laurenz Maresch ( Lektor ne Univerzitet ) dhe Prim. Dr. Peter Petrin ( Docent ne Univerzitet ) mbeshtetet ne referencat e keshillit te larte sanitar.



## 1. Larja e dhembeve?

**Dhembet duhet lare 2 deri 3 here ne dite.**

Heret para mengjesit, nese konsumohen pemet apo lengu i pemeve, perndryshe pas mengjesit.. Ne mbremje para gjumit.



## 2. Sa zgjate larja e dhembeve?

**Larja e dhembeve duhet te zgjase 2 deri ne 3 minuta.**

Se pari pastrohet pjesa me te cilen kafshohet, pastaj pjesa e brendshme e dhembeve, me tutje pjesa e jashtme dhe ne fund siperfaqja mbrapa dhembeve te pasme.



## 3. Teknika e larjes se dhembeve?

**Nga e kuqja (mishi i dhembeve) ne te bardhe (dhembet).** Dhembet nuk duhet te pastrohen me force sepse mund te demtohet zmlati ( shtresa mbrojtese) dhe qafat e dhembeve mund te behen me te ndijshme.



## 4. Brusha e dhembeve?

**Fortesia e brushes:** mesatarisht e forte ose e bute.

**Brushat:** duhet te jene te shpeshta, plastike dhe te rrumbullakuara.

**Madhesia e brushes:** 2 deri 2,5 cm.

**Vendi ku duhet mbajtur brushen:** vend i hapur ne menyre qe te thahet.

**Brushat elektrike:** Larja e dhembeve me brushe elektrike eshte me efikase se sa ajo me brushe dore.

**Ndrrimi i brushes:** me se voni pas 8 javesh si dhe pas sherrimit nga ndonje semundje infektive.



## 5. Pasta per dhembe?

**Deri ne moshen 6 vjece:** Paste dhembesh per femije me 500 ppm (masa e matjes per permbajtje te fluorit) Permbajtja e fluorit, sasia perafersisht ne madhesi te bizeles.

**Prej moshes 6 deri 12 vjec:** Pasta duhet te permbaje 1000 deri 1500 ppm fluor.

Te evitohet perdorimi i pastave per zbardhjen e dhembeve ngaqe kane efekt grithes dhe mund t`a demtojne zmlatin e dhembeve.



## 6. Peri dental?

Peri dental pengon zhvillimin e kariesit. **Menyra e sakte e larjes se dhembeve te femijte duhet te perkrahjet nga prindet e tyre deri ne moshen 10 vjece sepse mund te vije deri te lendimi i mishit te dhembeve.**



## 7. Camcakezat?

Pertypja e shpeshte e camcakezave pa permbajtje sheqeri mund te nxihte qarkullimin e peshtymes qe eshte shume i dobishem per dhembet.



## 8. Kontrolli te dentisti/ stomatologu ?

Kontrolli i pare duhet bere menjehere pas shperthimit te dhembeve te pare. **Perndryshe kontrolli i rregullt behet dy here ne vit.**

[www.styriavitalis.at](http://www.styriavitalis.at)



Albanisch  
Stand 2010

