

## Çocuğumla gideceğim diş muayenesi randevuları:

Çocuğun yaşı	Diş muayenesi	Randevu tarihi:
6 ay - 1. diştten itibaren	Erken teşhis	
12 ay	Erken teşhis	
18 ay	Önleyici	
2 yaş	Erken teşhis	
2 ½ yaş	Önleyici	
3 yaş	Erken teşhis	
3 ½ yaş	Önleyici	
4 yaş	Erken teşhis	
4 ½ yaş	Önleyici	
5 yaş	Erken teşhis	
5 ½ yaş	Önleyici	
6 yaş	kişiyeye özel koruyucu uygulama	
6 ½ yaş	kişiyeye özel koruyucu uygulama	
7 yaş	kişiyeye özel koruyucu uygulama	
7 ½ yaş	kişiyeye özel koruyucu uygulama	
8 yaş	kişiyeye özel koruyucu uygulama	
8 ½ yaş... → 17 ½ yaş	kişiyeye özel koruyucu uygulama	
Kişiyeye özel koruyucu uygulama 6 yaşından 17 ½ yaşına kadar yılda iki defa yapılır		

## İletişim

### Stadt Neumünster

Fachdienst Gesundheit  
(Sağlık hizmeti)

Zahnärztliche Leistungen  
(Diş doktoru hizmetleri)

Meiştirffweg 8

24534 Neumünster

[www.neumuenster.de](http://www.neumuenster.de)

### Dr. Maria Schmidt

Halk sağlığı uzman diş hekimi

Telefon 04321/942-2837

[Maria.Schmidt@neumuenster.de](mailto:Maria.Schmidt@neumuenster.de)

### Tatjana Fuder

Diş hastalıkları koruyucu uzmanı

Telefon 04321/942-2873

[Tatjana.Fuder@neumuenster.de](mailto:Tatjana.Fuder@neumuenster.de)



## Çocuklarınız için bir ömür boyu sağlıklı dişler

Ebeveynler için bilgiler



© Bild: Freepik.com

 Stadt  
Neumünster

Fachdienst Gesundheit

[www.neumuenster.de/gesundheit](http://www.neumuenster.de/gesundheit)

## Temiz dişler çürümez

Sağlıklı dişler çocuğunuzun yemek yemesi, konuşması ve gülmesi için önemlidir. Çürük dişler ağrıya neden olur ve çocuğunuzun genel sağlığını olumsuz etkiler

### Ebeveynler olarak ne yapabilirsiniz?

#### ► Günlük diş bakımı

- Sabah kahvaltıdan sonra dişlerinizi fırçalayın
- Uyumadan önce kapsamlı diş bakımı: önce çocuk dişlerini fırçalayın, ardından ebeveynler dişleri tekrar fırçalayın
- Çocuk akıcı bir şekilde yazı yazana kadar yalnız ve tek başına dişlerini fırçalamasını



© Image by Freepik.com



#### ► Diş sağlığına uygun beslenme

- Tatlı içeceklerden kaçının ve biberondan şekerli içecekler vermeyin ve içirmeyin
- Sağlıklı sandviç ve bir şişe su ile ve şekerli bir sabaha başlayın
- Şekeri ve tatlıyı ölçüyü kaçırmadan tüketin

#### ► Yılda iki kez diş sağlığı kontrolü

Cocuğunuzun ilk dişler sürdükten sonra (yaklaşık 6 aylıkken) düzenli olarak diş hekimine kontrole gidin. Orada erken teşhis muayeneleri yapılacaktır.

İlkokul çağının başında (yaklaşık 6 yaş civarında) ilk kalıcı azı dişler ağzın en arkasında oluşur. Bu kalıcı azı dişlerin de çok iyi temizlenmesi gerekir çünkü bir ömür boyu dayanmaları lazım.



© Image by ArthurHidden Freepik.com