दाँत उम्रँदा हुने समस्या

प्रत्येक नानीले यो भोग्नु पर्छ

नानीको पहिला दाँतहरू (जसलाई दूधे दाँत भनिन्छ) सामान्यतः तपाईंको नानी जन्मनु अघि नै विकसित हुन्छ। नानी चारदेखि नौ महीनाको हुँदा सामान्यतः दाँत देखिन थाल्छन्, यद्यपि हरेक नानीको आफ्नै गतिमा विकसित हुन्छन्। यसलाई 'दाँत उम्रनु' भन्छन्। केही बच्चाहरूमा केही लक्षणहरू देखिन्छन् जबकि अन्यहरूका लागि यो धैरै कष्टपूर्ण हुन्छ – उनीहरूका गालाहरू राता हुन्छन्, निकै राल चुहुन्छ, भोक लाग्दैन, दिक्दारी मान्दछन् र जे पायो त्यही चपाउँछन्।

तपाईंको नानीको दाँत उम्रँदा हुने कठिनाईलाई सजिलो बनाउनमा मद्दत गर्ने तरिकाहरू छन्। प्रत्येक नानी भिन्न हुन्छ र तपाईंले आफ्नो नानीको मामिलामा काम गर्ने तरिका पत्तो लगाउनका लागि केही तरिकाहरूको प्रयोग गरेर हेर्नु पर्छ। दाँत उम्रँदा बच्चाले टोक्ने रिङ्गको प्रयोग गरेर हेर्नुहोस् र आफ्ना दन्त-चिकित्सक वा फार्मासिष्टबाट सल्लाह लिनुहोस्।

आफ्नो बच्ताको दाँतको हेरचाहको बारेमा सोच्ने यही राम्रो समय हो। तपाईंले उसका दाँतलाई नरम टूथब्रश र घरमा प्रयोग गरिने टूथपेस्टले ब्रश गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईं दन्त-चिकित्सककहाँ जाँदा उसलाई पनि लिएर जानुहोस्।

दन्त-चिकित्सक भन्दछन्

तपाईंको बच्चाले असजिलो महसुस गर्दैछ भने तपाईंले उसलाई फार्मासिष्टबाट तपाईंले किन्न सक्नुहुने बच्चाहरूका लागि निर्मित औषधी खुवाउन चाहनुहोला। ती औषधीहरूमा पीडानाशक औषधीको सानो खुराक हुन्छ, जस्तै प्यारासिटामोल, जसले कुनैपनि असुविधालाई कम पार्नमा मद्दत गर्दछ। औषधी शुगरफ्री पनि हुनु पर्दछ। ती औषधीको प्रयोग कसरी गर्ने भन्ने विषयमा सबै निर्देशनहरू राम्ररी पढ्ने वा आफ्ना फार्माशसिष्टलाई सोध्ने कुरो सुनिश्चित गर्नुहोस्।

स्वास्थ्य भिजिटर भन्दछन्

तपाईंको नानीलाई चपाउनका लागि कुनै ठोस वस्तु जस्तै टिथिङ्ग रिङ्ग दिनाले मद्दत हुन सक्दछ।

तपाईंको नानीलाई टिथिङ्ग रिङ्ग चपाउन दिनु सुरक्षित हुँदछ जसबाट तपाईंको नानीलाई भइरहेको असजिलोपन वा पीडा कम गर्नमा मद्दत प्राप्त हुनेछ। केही टिथिङ्ग रिङ्गलाई पहिले फ्रीजमा चिसो पार्न सकिन्छ।

स्रोतः एनएचएस च्वाइसेस

एक

नानीका गाला र गिजा राता त भएका छैनन्, राल चुहुँदैछ कि, खान मन गरेको छैन, चिजहरूलाई चपाउँदैछ र दिक्क मान्दै छ कि भनी ध्यान राख्नुहोस्।

दुई

तपाईंको नानी चारदेखि नौ महीनाको भएको छ र दाँत उम्रिरहेको हुन सक्छ। आफ्ना फार्मासिष्टसँग जेल्स टिथिङ्ग रिङ्ग बारे सोध्नुहोस्।

तीन

जतिसक्दो चाँडो आफ्नो नानीको दाँतको स्याहार कार्यक्रम शुरु गरिहाल्नुहोस् जसमा दन्त-चिकित्सककहाँ जानु पनि सालेल छ।

माथि उल्लेखित जानकारीले विशेषज्ञ उपचारको स्थान लिन सक्दैन। यदि तपाईं अझ चिन्तित हुनुहुन्छ भने फार्मासिष्ट वा आफ्ना स्वास्थ्य भिजिटरलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।