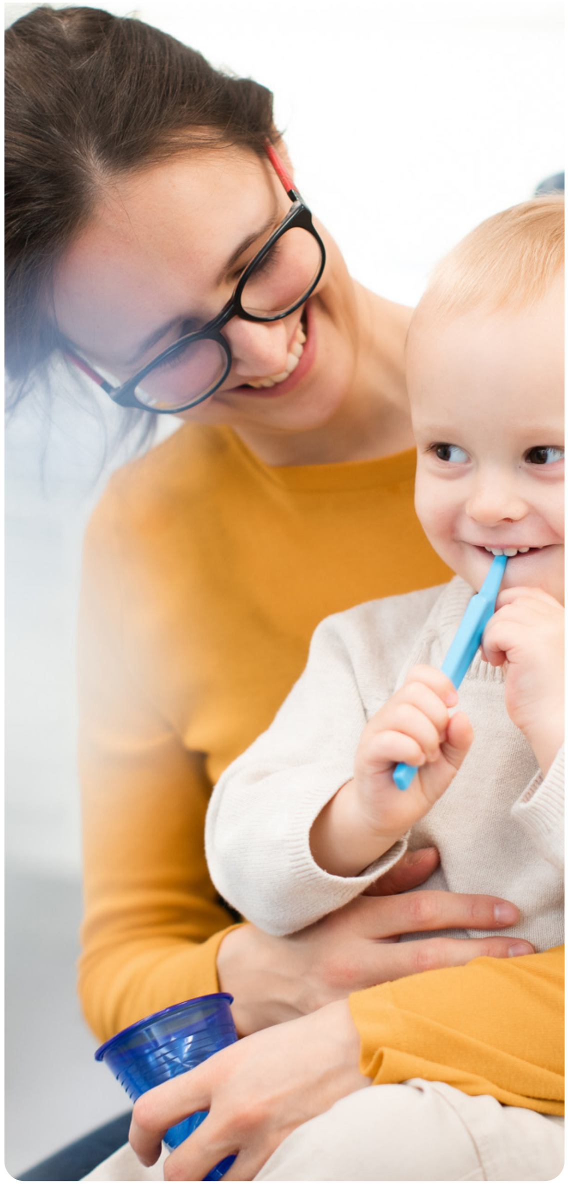
Kompetansesenteret
Tannhelse Midt



ካብ ናይ መጀመርታ ስኒ ጽቡቕ ጥዕና ኣስናንን

ምቕልቃል ናይ መጀመርታ ናይ ህጻን ኣስናን፡ ሓድሽ ስጉምቲ ኣብ ምዕባለ ናይ ውላድኩም ምዕባለ የመልክት። ኣቐደምካ ጽቡቕ ዝኾነ ልምድታት ጥዕና ኣስናን ምፍጣር ኣገዳሲ እዩ።

ስኒ ምውጻእ

መጀመርታ ኣብ ታሕተዋይ ግርጻን ቅድሚት ኣስናን ይወጽእ። እዚ ብልሙድ እቲ ቆልዓ 6-8 ኣዋርሕ ምስ ገበረ ይኸውን። ቀጺሉ፡ ኣብ ላዕለዋይ ምንጋጋ ዘሎ ናይ ቅድሚት ስኒ ይወጽእ፡ ሲዒቦም ድማ ናይ ቅድሚት ኩሩምቲ፡ ዓቃቢቶታትን ኣብ መወዳእታ ድማ ናይ ድሕሪት ኩርምትታት ይወጹ። ኣብ 3 ዓመቱ/ታ ውላድኩም ኩሎም ናይ ህጻን ኣስናን ክህልዉዎ እዮም፡ 10 ኣብ ላዕሊ ከምኡ ድማ 10 ኣብ ታሕተዋይ ግርጻን።

ኣስናን ክወጽእ ከሎ ንቆልዑ ዘሳሒ ግርጻን ክህልዎም ልሙድ እዩ፡ ዝበዝሕ ግዜ ድማ ኣብ ዝኾነ ነገር ክሕይኹ ይደልዩ። ዝሰማመዖም ናይ ስኒ ምውጻእ ባምቡላ ናይ በሊሕ ጫፍ ዘይብሉ ተሪር ጎማ ወይ ፕላስቲክ ሃብዎም። ገለ ቆልዑ ክብድ ይብሎምን ገለ ዘይምቹኡነት ድማ ክስመዖም ይኽእል፡ ኮይኑ ግን ስኒ ምውጻእ ልዑልን ግዜ ዝወስድን ረስኒ ከምጽእ የብሉን።

ብራሽ ምግባር ወይ ምጽራይ

ሽዑ እቲ ቀዳማይ ስኒ ኣብ ኣፍ ምስተራእየ ምጽራይ ናይ ቆልዓ ስኒ ክጅምር ኣለዎ። ንእሽቶ፡ ልስሉስ ናይ ስኒ ብራሽ ወይ መጽረዪን ከምኡድማ ውሑድ ዝረአ መጠን ናይ ፍሎራይድ ናይ ስኒ ክሬም ተጠቐሙ። ደሓን ዝኾነ ጣዕሚ ስለዘለዎ ናይ ቆልዑ ናይ ስኒ ክሬም ክምረጽ ይከኣል እዩ። ኣብ ሓደ ዓመት ዕድሚኡ፡ ማዕረ ናይ ውላድኩም ናይ ኢዱ ጽፍሪ ዝኸውን መጠን ናይ ፍሎራይድ ናይ ስኒ ክሬምን ክሳብ ናይ ባልዶንጓ ዓቐን ዝኸውን መጠን ድማ ኣብ 3 ዓመቱ ወስኹ። ኣብ 5-6 ዓመታት፡ እቲ መጠን ዝያዳ ክውስኽ ይኽእል። ዳይረክተር ናይ ጥዕና ከምዝመኽሮ፡ ቆሎዑ ክሳብ ባዕሎም ጽቡቕ ጌሮም ዝኽእልዎ፡ እዚ ከኣ ኣብ ዳርጋ 10 ዓመት ዕድመ ኣብ ምጽራይ ስኒ ክድገፉ ኣለዎም፡

ናይ ፍሎራይድ ናይ ስኒ ክሬም ክሰርሕ ግዜ የድልዮ፡ ስለዚ ድሕሪ ምጽራይ ስኒ ክሳብ ሓደ ሰዓት መግብን መስተን ክውገድ ኣለዎ። ናይ ፍሎራይድ ናይ ስኒ ክሬም ዘይትጥቀሙ እንተዳኣ ኣሊኹም፡ ወይ ውላድኩም ተወሳኺ ፍሎራይድ እንተዳኣ ደልዩ፡ ናይ ፍሎራይድ ከኒናታት ከኣ ጽቡቕ ኣማራጺ ክኸውን ይኽእል። ኣብ ህዝባዊ ጥዕና/ሕክምና ስኒ ዝውሃብ ምኽሪ ተኸተሉ።

ምቡኽቧኽ

ሽኮር ኣብ ኣስናን ኖኋላት(ቡኽቧኽ) የምጽእ። ቆልዓ ሽኮር ዘለዎ ነገር ክበልዕን ክሰትን ከሎ፡ ኣብ ኣፍ ዘሎ ባክተርያ ኣሲድ ይፈጥርን እዚ ከኣ ነቲ ኢናሜል ወይ መሸፈኒ የሕቅቑን ጉድጓድ ድማ ይፈጥር። እዚ ኩሉ እቲ ቆልዓ ክሳብ ክንደይ ደጋጊሙ ሽኮር ዘለዎ ነገር ይበልዕ ወይ ይሰቲ ኣብ'ዚ ይሙርከስ። ጥፍጣፍ ድሕሪ ነፍሲ ወከፍ መግቢ ንዝፍጠር ኣሲድ ይዝልል። ስለዚ፡ ኣብ ሞንጎ ናይ መግቢ ሰዓታት ብፍላይ ከኣ ኣብ ግዜ ለይቲ ውሑድ ጥፍጣፍ ስለዝፍጠር ሽኮራዊ ዘይምብላዕ ወይ ዘይምስታይ ኣገዳሲ እዩ፡

ምጥባው

ጸባ ጡብ ክሳብ ገለ መጠን ናብ ኣሲድ ክልወጥ ዝኽእል ናይ ጸባ ሽኮር ኣለዎ። ኣብ ግዜ ለይቲ ጥፍጣፍ ምውጻእ ይጎድል እዩ፡ እዚ ከኣ ናይ ስኒ ምቡኽዷክ የዕቢ እዩ። ቆልዓ ድሕሪ ሓደ ዓመት ምብጽሑ ደጋጊምካ ምጡባው ወይ ናይ ጎማ ጸባ ኣብ ለይቲ ክውገድ ኣለዎ፡

ቦታታት ናይ ኣስናን

ዓባይ ዓባይቶ ምምጻው ወይ ቺቾቶ ን ናኣሽቱ ቆልዑ ጽቡቕ ምቕት ይህቦም እዩ። ናይ ምምጻው ልምድታት ግጉይ ምስራዕ ኣስናን ከስዕብ ይኽእል እዩ፡ ኮይኑ ግን እቶም ኣስናን ባዕሎም ናብ ቦቶኦም ክመጹ እዮም፡ እዚ ከኣ ንሳቶም ናይ ቆልዓ ስኒ ምጉራፍ ቅድሚ ምጅማሩ ምምጻው ዓባይ ዓባይቶ/ቺቾቶ ደው እንተኣቢሎም እዩ።

ሓደጋታት

ምውዳቕ ወይ ምህራም ናይ ኣፍ ሓደ ወይ ብዙሕ ኣስናን ከዕኑ ይኽእል። ስለዚ ናብ ኣብ ቀረባኹም ዘሎ ናይ ስኒ ክሊኒክ ምውካስን ነቲ ሓደጋ ምምዝጋብን ከምኡ ድማ ግቡእ ክትትል ምግባርን ኣገዳሲ እዩ።

ትካል ህዝባዊ ኣገልግሎታት ጥዕና ኣስናን

ህዝባዊ ኣገልግሎት ኣስናን፡ ካብ 0 ክሳብ 18 ዓመት ዕድመ ናይ ዘለው ንናይ ቆልዑን ኣጉባዝን ጎራዙትን ክንክን ናይ ኣስናን ሓላፍነት ኣለዎ። ናብ ሰለስተ ዓመት ኣብ ዝኣትዉሉ ቆልዑ ንናይ መጀመርታ ናይ ጥዕና ኣስናን መርመራ ኣብ ክሊኒክ ይጽዉዑ። ቅድሚ እዚ፡ ናይ ህዝባዊ ጥዕና ክሊኒክ (helsestasjonen) ናይ'ቲ ቆልዓ ጥዕና ስኒን ልምድታትን ክከታተል እዩ። እንተዳኣ ቅድሚ እቲ ልሙድ መርመራ ኣብ 3 ዓመት ናይ ኣስናን መርመራ ክገብሩ ደልዮም፡ ብነርስ/ሓኪም ህዝባዊ ጥዕና ናብ ህዝባዊ ኣገልግሎት ኣስናን ክውከሱ ክግበሩ እዮም።

ተወሳኺ ሓበሬታ እንተደሊኹም ኣብ ጥቓኹም ንዘሎ ናትኩም ህዝባዊ ክሊኒክ ናይ ኣስናን ተወከሱ።

ምቕሽሻት

- ብናይ ፍሎራይድ ናይ ስኒ ክሬም ምጽራይ ኣስናን - ንግሆን ምሸትን
- ኣብ ሞንጎ ናይ መግቢ ሰዓታት ምስ ጸማእኩም ማይ ምስታይ- ኣብ ግዜ ለይቲ እውን
- ጥዑይ መግቢ ኣብ ልሙድ ሰዓታት- ንኣካልን ኣስናን ጽቡቕ እዩ