

Smile Squad a lak sianginn ha-siamnak program



Ha lei caan
hmaan tein
zohfelnak

Squad cu Victorian Cozah i a lak sianginn ha-siamnak program pakhat a si. Mah nih hin Victorian cozah primary le secondary sianginn siangngakchia pawl dihlak a lak in ha lei zohkhenhnak a pek hna.

Kanmah nih kan siangngakchia pawl an za tein sianginn in a tha bik an that hnem hnga ding kan duh piak hna.

Ha kuatnak/thutnak cu cawnnak in hrial khawh a si. Cucu a faak kho mi asi cun ihcaan le lungthin khuaruahnak pawl a hnorsuan khawh mi asi.

Smile Squad cu ngakchia pawl le kum tling mino pawl an ha a damnak ding le an ha a kuat lonak ding bawmh ding ah kaa hin a um.

Sianginn-kum ngakchia pawl a ngandammi ha ngeihnak ding ah kaa zawn hin kanmah ii ruahnak cheuhnak a zik pawl an si. Ha lei zohkhenhnak caah thawng fiang deuh cu www.dhsv.org.au/oral-health-advice

Kaa/Kam ngandamnak cu a tlangpi ngandamnak caah telh lo awk tha lo mi asi.

Caan hmaan tein ha lei siibawi thiamsang he zohfelnak tuah leng mang cu nun chung tuah peng ding ah a bia pi mi asi. Anmah nih a thatlonak cu tuan tein an hmuh khawh cun an thlop khawh.

Smile Squad nih na sianginn an rat caan ah a lak in ha lei zohkhenhnak caah na fa min pe silole DHSV siikhaan kawlnak hmang in na hmunhma chung ha lei siikhaan ah na fa min pe:

www.dhsv.org.au/clinics

Tam deuh in hngalh na duh maw?

Visit www.health.vic.gov.au/smile-squad



Tha tein ei
Tha tein ding
Tha tein thianh





Tha tein ei

Pum le ruahnak caah a ngandammi rawl ei cu ha caah a tha bikmi a si. A tang lei pawl telh in nifatin a ngandammi rawl pawl tam piin ei:

- thingthei le tisik an hnah pawl
- buh le pawngmuk tibantuk fathau le sirial pawl
- cawhnuk, cheese le ding-chin tibantuk cawhnuk thil pawl, silole calcium telhmi cawhnuk a silomi a dang pawl
- saram ti pawl
- sa le nga.

Rawl chuahthu pawl nih ngakchia pawl sinah zuarhmi eidin pawl tampi ah cini pawl an i thup. Cini tlawm deuhmi eidin thim ding ah a fun pawl kha tah chunh hna.



Tha tein din

Kaa chung a ngandamnuk hnga fluoride aa telmi ti cu a tha bik din ti a si.

Sianginn ah hman khawh thanmi ti thawl in ti kha khah ter than.



Tha tein thianh

Ha i tawlnak nih ha kuatnak le thutnak pawl a chuah ter tu rungrul a thianh hna. Fluoride ha teihnak sii nih ha remhnak le ha thawng in umnak a bawmh.

Ngakchia pawl cu kum riat an si tiang an ha teih ding ah bawmh an herh lai.

Zeitindah ha teih a si

DOT 1



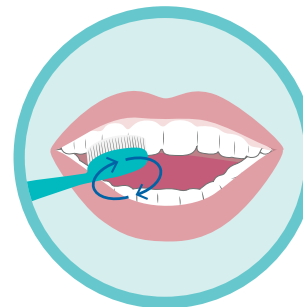
Zingka ah teih cun ih hlaan ah zaan ah teih.

DOT 2



A nemmi ha teihnak cung ah fluoride ha si tlawm te hmang.

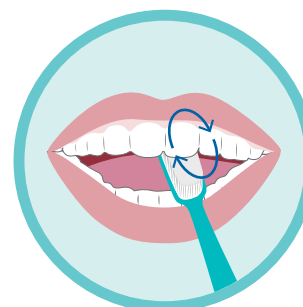
DOT 3



Ha i tawl law ha ni pawng hrawng kha duh sah tein teih.

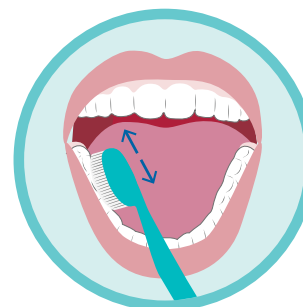
A leng lei pazuan in thok.

DOT 4



Ha a chung lei ah nolh in teih.

DOT 5



Ha rialnak pazuan cung a hnu le a hmai din tein teih.

Ha teih dih hnu ah, ha si kha cha, a silole ti in i fawp.

Ha a pavuan vialte thianh dih: a cung le a tang, a orh lei le keh lei, a hnu le hmai.