

Smile Squad ကိုတမဲမဲတမဲရဲ ကျဲလဲတလိပ်ဟ့ၣ်အလဲ



မၤဘၣ်မဲအတၢ်မၤကွၢ် တဖၣ်ထီၣ်ဘိ

Smile Squad မ့ၢ် ဘံးထီၣ်ရံၤပါပဒိၣ်အကိမဲတၢ်
ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတခါန့ၣ်လီၤ. အဟ့ၣ်ထီၣ်ဝဲတၢ်ကွၢ်
ကတီၤမဲဆူကယံၢ်ဘံးထီၣ်ရံၤပါပဒိၣ်တီၤဖျၢၣ်ကိၣ်ဒီး
တီၤထီၣ်ကိမဲတဖၣ်အဂီၢ်လဲတလိပ်ဟ့ၣ်အပူၤဘၣ်
န့ၣ်လီၤ.

ပအဲၣ်ဒီးကယံၢ်ကိမဲလဲၢ်လဲၤကဒီးန့ၣ်ဘၣ် တၢ်အဂ့ၢ်ကတၢ်လဲၤ
ကိမဲအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

မဲဟးဂူၤဟးဂီၤန့ၣ်ကမၤတံၢ်တံၢ်တၢ်မၤလိမၤဒီးအကျိၤအကျဲသ့
လီၤ. အဆါဒီးမၤဘၣ်ဒိတၢ်မဲတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်သးစၢ်ဆါန့ၣ်သ့လီၤ.

Smile Squad အိၣ်ဝဲမဲအံၤလဲၤကမၤစၢၤဖိဒိမဲသ့ဒီးသးစၢ်ဖိတ
ဖၣ်လဲၤကပၢ်အကိၣ်ပူၤပဲၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးပူၤဖျဲးဒီးမဲဟး
ဂီၤန့ၣ်လီၤ.

မဲအံၤမ့ၢ်ပတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်အခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လဲၤကပၢ်ဝဲမဲသ့သးန့ၣ်
ထီၣ်ကိမဲသ့တဖၣ်လဲၤကနီၤကမ့ၢ်ဒီးဆူၣ်ချ့န့ၣ်လီၤ. နယုထီၣ်အါထီၣ်
တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ကွၢ်ကတီၤမဲသ့ဝဲ မဲ

www.dhsv.org.au/oral-health-advice

ကိၣ်ပူၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်အရ့ၤဒိၣ်နီၢ်နီၢ်လဲၤကယံၢ်တၢ်အိၣ်
ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤအဂီၢ်လီၤ.

တၢ်မၤကွၢ်မဲဒီးမဲအသရၣ်သရၣ်မ့ၢ်စဲၣ်နီၤတဖၣ်ဘၣ်ဆါဘၣ်ကတီၢ်န့ၣ်
မ့ၢ်တၢ်အရ့ၤဒိၣ်လဲၤတၢ်အိၣ်မ့ၢ်ဒိတကတီၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. မၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်
လဲၤကထီၣ်န့ၣ်ဆိဒီးကူၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိတမဲလဲၤလဲၤန့ၣ်လီၤ.

ဆဲးလီၤန့ၣ်အမံၤလဲၤမဲတၢ်ကွၢ်ထွဲလဲၤတလိပ်ဟ့ၣ်အပူၤမဲ Smile
Squad လဲၤအိၣ်သကိးန့ၣ်မဲအကိမဲတမ့ၢ်မၤတၢ်သ့ၣ်နီၤဖးသီဒီး
Smile Squad မဲန့ၣ်ကဝီၤမဲတၢ်ဆါဟံၣ်ဒါး (community
dental clinic) ခီဖျိသ့ဝဲ DHSV တၢ်ယုထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်ဒါးအပုၣ်
ယဲၤမဲ - www.dhsv.org.au/clinics တက့ၢ်.

နအဲၣ်ဒီးသ့ၣ်ညါအါထီၣ်နီၤ.

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



**အိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ဂ့ၢ်
အိၣ်ထံအိၣ်နီၤဂ့ၢ်ဂ့ၢ်
မၤကဆိသးဂ့ၢ်ဂ့ၢ်**





အိပ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤ

တၢ်အိၣ်အိၣ်တၢ်လၢအဆူၣ်အချ့တခါလၢနီၣ်ခိၣ်ဒီးသးလၢအဒိၣ်ထီၣ်အဂီၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ဃုထၢအဂ့ၤကတၢၢ်လၢမဲအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. အိၣ်တၢ်လၢန့ၣ်ဂံၢ်ဘါအါကလုာ်ကိးနံၤဒီး, ပုၣ်ဃုာ်-

- တၢ်သုတၢ်သုတၢ်ဒီးတၢ်ဒီးတၢ်လၢတဖၣ်
- တၢ်မဲတၢ်မါအချ့ဒီးစံၣ်ယၢၣ်ဒ်အမ့ၢ်ဟုသးဒီးကိၣ်ပီၣ်မိးအသိး
- တၢ်အိၣ်လၢတၢ်ထုးထီၣ်မၤအိၣ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်န့ၣ်ထံ, ခွဲ(စ)ဒီးယံကၢး, မ့တမ့ၢ်လၢအလီၢ်တၢ်န့ၣ်ထံလၢတဟံလၢကျိၢ်န့ၣ်ထံလၢအပုၣ်ဃုာ်ဃဲလစံၣ်ယၢၣ်အသိး
- ဆီဒိၣ်တဖၣ်
- တၢ်ဖိးတၢ်ညး ဒီးညးတဖၣ်

တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်ဘျီကဲထီၣ်လၢစဲတဖၣ်န့ၣ်အိၣ်ဒီးအံၤသုၣ်ဆၢအါအါကလုာ်လၢကိၣ်လၢတၢ်ပညိၣ်ဆါန့ၣ်ဝဲဒ်န့ၣ်ဆူဖိသုၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ထီၣ်သၤတြီၤတၢ်အိၣ်အဘိၣ်တဖၣ်လၢကဃုထၢတၢ်အိၣ်လၢတၢ်တုကဲထီၣ်အိၣ်လၢအအိၣ်ဒီးအံၤသုၣ်ဆၢစ့ၤန့ၣ်တက့ၢ်.



အံၤထံဂ့ၤဂ့ၤ

ထံပဲလိအဘိၣ်ပီၤလၢအအိၣ်ဒီးဖလူဇိရဲးန့ၣ်မ့ၢ်ထံအိၣ်အဂ့ၤကတၢၢ်လၢမဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်လီၤ.

မၤပျဲထီၣ်ထံအိၣ်ပလီၤလၢတၢ်သုကဒါက့ၤသ့ဒီးထံ ဖဲကိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.



မၤကဆိၣ်သးဂ့ၤဂ့ၤ

တၢ်ထုးကဆိၣ်မဲန့ၣ်မၤကဆိၣ်ထီၣ်ဘဲထံရံၤယါအဃာ် လၢအဒုးကဲထီၣ်မဲအတၢ်ဟးဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ကသံၣ်ထုးမဲလၢအပုၣ်ဃုာ်ဖလူဇိရဲး(Fluoride) န့ၣ်မၤစၢၤလၢကမၤဂ့ၤထီၣ်မဲအဖဲခိၣ်ဒီးမၤကျါထီၣ်မဲန့ၣ်လီၤ.

ဖိသုၣ်တဖၣ်ကလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢကထုးအမဲတုၤအသးနီၣ်အိၣ်ဃိးနီၣ်တစုလီၤ.

ကဘၣ်ထုးမဲဒ်လဲၣ်

တၢ်အပတီၢ် 1



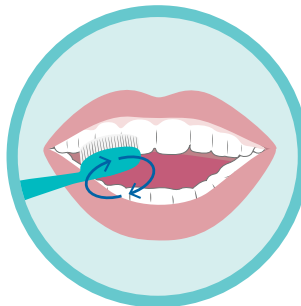
ထုးမဲလၢဂီၢ်ခိၣ်ဒီးလၢမုၢ်န့ၣ်တချုးန့ၣ်ဆူလီၢ်မဲအပူၤတက့ၢ်.

တၢ်အပတီၢ် 2



သုဘၣ်ဖလူဇိရဲးကသံၣ်ထုးမဲအအုၣ်လၢအဒိၣ်ထံသိးထီၣ်နီၣ်ချံဖိတဖျါၣ်ဖဲကသံၣ်ထုးမဲအဘိၣ်အလီၤတက့ၢ်.

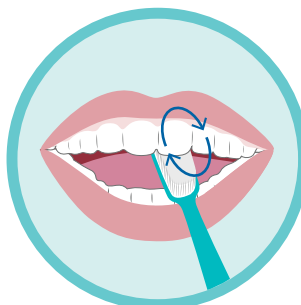
တၢ်အပတီၢ် 3



ထုးမဲဒီးမဲကူၤထုးကဝီၤအီၤကယံကယံတက့ၢ်.

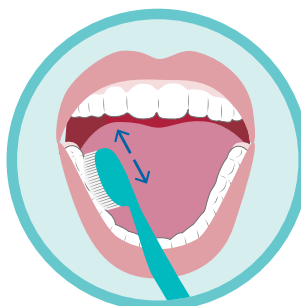
စးထီၣ်ဆိလၢမဲအချ့တကပၤတက့ၢ်.

တၢ်အပတီၢ် 4



မၤကဒါကဒီးလၢအပူၤတကပၤတက့ၢ်.

တၢ်အပတီၢ် 5



ထုးဘၣ်အီၤလၢအမဲၣ်ညါအလီၢ်ခဲကယံကဘိဖဲမဲအုၣ်တၢ်တၢ်အလီၢ်တဖၣ်တက့ၢ်.

ဖဲထုးမဲဝံၤအလီၢ်ခဲ, ထုးပွဲၣ်ထီၣ်ကွံာ်ကသံၣ်ထုးမဲ, ဘၣ်ဆၣ်တဘၣ်သပွဲၣ်အီၤဒီးထံတဂ့ၢ်.

မၤလီၤတံၢ်လၢကထုးဘၣ်မဲအလီၤခဲလၢၣ်-အဖီခိၣ်ဒီးအဖီလၢၣ်, စုစုဒီးစုထွဲ, မဲၣ်ညါဒီးလီၢ်ခဲတက့ၢ်.