Sagantaa mana barumsaa wal'aansa ilkaanii bilisaa Smile Squad

Smile Squad sagantaa ilkaanii mana barnootaa Mootummaa kan Victoria ti. Barattoota mana barnootaa mootummaa Victoria sadarkaa duraa fi lammaffaa keessa jiran hundaaf kunuunsa ilkaanii tola kenna.

Barattoonni hundi mana barnootaa kana irraa akka gargaaraman barbaadna.

Tortoruun ilkaanii karaa barnoota irraa nama danquu danda'a. Dhukkubbii qabaachuu fi hirribaa fi xiyyeeffannaa irratti dhiibbaa uumuu danda'a.

Smile Squad daa'immanii fi dargaggoonni ga'eessota fayyummaa afaan isaanii fi tortora irra eeguu gargaaruuf as jira.

Gorsa keenya isa cimaa daa'imman ilkaan isaanii fayya qabeessa akka taasisan gargaaran keessaa muraasni kunooti. Odeeffannoo waa'ee kunuunsa ilkaanii as **www.dhsv.org.au/oral-health-advice** ilaaluu dandeessu.

Yero yerootti sakatta'iinsa ilkaanii godhaa

Fayyaan ilkaanii fayyaa waliigalaatif fi nagahuumaaf barbaachisaa dha.

Qorannoon ilkaan ogeessaan yeroo yeroon godhamu jireenya guutuu keessatti barbaachisaadha. Bakka rakkoon jiru arguu fi dafanii wallaanamuuf nama gargaara.

Yeroo Smile Squad mana barnootaa keessan daawwatutti daa'ima keessan wallaansa ilkaanii tola kennamu argachuu akka danda'uuf galmeesissaa ykn kilinika hawaasaa naannoo keessan jiru irraa beellama ilkaanii qabachuuf barbaadaa kilinika DHSV: **www.dhsv.org.au/clinics**

Caalaatti maal beekuu barbaadduu?

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

SMILE SQUAD

dental health services victoria

VICTORIA State Government

SMILE SQUAD

Akka gaariitti nyaadhaa Akka gaariitti dhugaa Akka gaariitti qulqullina keessan eeggadhaa

Akka gaariitti nyaadhaa

Nyaati gaariin qaamaa fi qalbii namaaf tolu fayyummaa ilkee keenyaa eeguufis ni gargaara. Guyyaa guyyaan madda nyaataa gosa adda addaa ta'an nyaadhaa, kanneen akka:

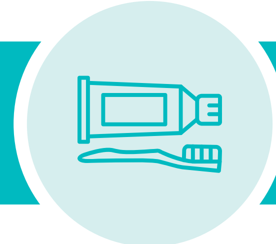
- muduraa fi kuduraa
- midhaanii fi midhaan callaa kan akka ruuzii fi daabboo
- Bu'aalee aannani kanneen akka aannan, baaduu(Ayibii) fi itittuu ykn bakka bu'oota aannanii hin taane kan kaalsiyemii itti dabalaman
- killee
- foon fi qurxummii.

Oomishtoonni nyaataa nyaata salphaa (snacks) daa'immaniif gabaaf dhiyaatan hedduu keessatti sukkaara ni dhoksu. Qodaa isaa irra oomishaalee kan shukaara xiqqaa of keessaa qabu ilaala.

Bishaan akka gaariitti dhuga

Bishaan bombaa filooraayidii qabu (fluoridated tap water) fayyaa afaaniitiif dhugaatii gaarii dha.

Mana barnootaatti qaruuraa bishaanii irra deebi'amee itti fayyadamuu danda'amu guuttadhu.



Akka gaariitti qulqullina keessan eeggadhaa

Ilkaan rigguun baakteeriyaa tortoruu ilkaanii uumu balleessa. Saamunaan ilkaanii filooraayidii qabu fuula ilkaan deebisee ijaaruu fi cimsuuf gargaara.

Ijoolleen hamma umriin isaanii waggaa saddetti guututti ilkaan isaanii rigachuuf gargaarsa isaan barbaachisa.

Haala itti rigannu

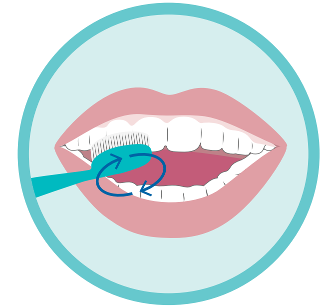
SADARKAA 1

Ganama fi galgala osoo gara hirribaa hin deemin dura rigadha.

SADARKAA 2

Riggannaa ilkaan laafaa irratti saamunaa ilkaanii filooraayidii hamma atara geessu fayyadamuu.

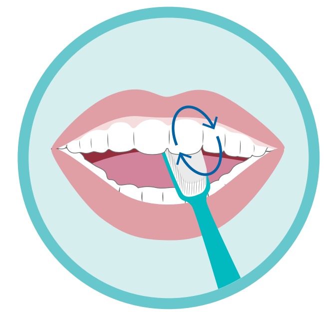
SADARKAA 3



Ilkaan keessan ededa (gum) irraa naannessaa suuta jechuun qulqulleessaa.

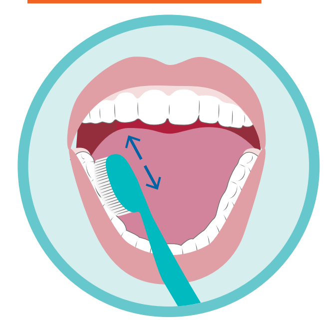
Fuula alaa irraa eegalaa.

SADARKAA 4



Fuula keessaa irratti irra deebi'aa.

SADARKAA 5



Ilkaan ittiin alanfattan suuta gara duubaa fi duraa riga.

Erga rigattaan booda saamunaa ilkaanii tufa, garuu deebistaani bishaaniin hin lulluuqatina.

Fuulota hunda riggachuu keessan mirkaneessa: gubbaa fi jalaa, bitaa fi mirga, fuulduraa fi duuba.