

Pagdugtungin ang mga tuldok

PARA SA MGA BATA AT PAMILYA



Tandaan

- 🦷 Mahalaga ang mga unang ngipin ng bata - tinutulungan nila akong ngumiti, ngumuya at magsalita
- 🦷 Sabay-sabay magsipilyo ng ngipin kasama ang pamilya
- 🦷 Idura, huwag magmumog matapos magsipilyo
- 🦷 Piliing uminom ng tubig at karaniwang gatas
- 🦷 Piliin ang pampalusog na pagkain
- 🦷 Ang dentista ko ay tumutulong sa akin na pangalagaan ang aking ngipin
- 🦷 Magsipilyo ng ngipin dalawang beses isang araw - umaga at gabi - gamit ang fluoride toothpaste
- 🦷 Magpatingin ng ngipin sa dentista taun-taon