

Kwalkol

Kwalkol emaron jipan karreo loni eo elon mon aim etoon ko ie.
Ewor kain oktak in kwalkol ko nan elon kain un ko.

1. Kwal loniim kin aiboj emaron kokmanman lowaan jen ajet ko rej pad ie. Kwalkol kin aiboj ej menin aikuij aolep ien kwoj kan mona ak den ko ewor ajet ie.
2. Karreo loni emaron jipan kadiklok jonan kij ko loniim im maron bobrae jen gingivitis. Kejerval kein karreo loni ko rejjab binej jenkwan buraj im karreo ni.



Men ko Kojjab Kommani ippen Ninnin eo

- ◆ Jab umaiki ninnin eo ilo tien. Umaiki tien ninnin eo emaron kajedeed kij, im rej komman mak, jen mama im baba ro nan ninnin ko nejier.
- ◆ Mama im baba/irilale ajri eo rej lore pacifier eo ilo lonier nan karreo im karool nan loniin ninnin eo.
- ◆ Jab kakiki ajri eo ilo am lelok bato in ninnin nan lonier. Menin emaron jipan bobrae juka ko rej eddep ilo ni ko im komman bwen
- ◆ Jab lelok nan ninnin eo den ko retonal im lap ajet in juka ien einwot buruut den ko, kola, im buruut juu ilowaan raan eo ak bonineo nan an kiki.

Kwar ke Jela

- Ilo 3rd im 6th allon in am bororo, niin ninnin ko nejum rej jino ejaak.
- Kaninnin ninnin emaron komman mak. Milik in ittun kora ekoba juka im niin ninnin eo ej aikuij karreo kin mottan eo erro im molawi aolep raan.
- Ebok jabdewot jikin jen 30 nan 40 minit nan an bar rool loniim nan jonan labol pH eo ekkar bwen pad ie alikin am daak den tonal im elap ajet in pH ie.
- Ewor den ko retonal im juka ko redepdep. Den ko retonal einwot kola im buruut juu rej aikuij daak kin straw nan aer le jen ni ko. Kwal loniim kin aiboj alikin am daak den tonal kein emaron jipan kokmanman loni eo. Juka edepdep ko einwot tonal im remaron pad wot ilo loni eo aetoklok jen den tonal ko.
- Meme bwil ko rejjab tonal ewor xylitol nan jipan kadiklok iedtel tel alikin mon aim jipan bobrae mak ilo am kadiklok etoon in ajet ko im kokajoor ni ko.



Naan ko rekar itok jen juon armej ak bok:

¹ American Dental Association. (2019). Pregnancy. Retrieved from <https://www.mouthhealthy.org/en/babies-and-kids/healthy-habits>

² Harris, N., Garcia-Godoy, F. & Nathe, C. (2009). Primary Preventive Dentistry. (7th Edition). New Jersey: Pearson Education.

Kejbarok Ni nan Mama ro Rebororo

Kejarbok ajmour eo am elap an aurok ilo am bororo. Takto in ni elap an aurok im emaron jalet ajmour eo an ninnin eo ej eddok lojeem.



VANDERBURGH COUNTY
HEALTH
DEPARTMENT
Prevent. Promote. Protect. Partner.



Wawein Kejbarok Loniim ilo Ien Bororo

- Elane kwoj emmoj, kwal loniim kin aiboj nan jolok ajet ko renana im remaron jalet ni ko niim.
- Lale kokale ko kin metak in ni ak an niim enjaake elane kwoj kij mona ko ak kan mona ko rebwil ak remolo.
- Kapaak takto eo am mokta jen am bok uno in loni ko nan metak ni ak molanlon.
- Loelok takto in ni eo ilo ien loelok ko ej menin aikuij nan aer lukkin karreoiki loniim im jeeke.
- Ukot am mona tonal nan buruut ko im pijitabol ko.
- Kan mona eo reoone. Jinaak dikdik.
- Jab bok tobacco, arkoool, im men ko jet rekajoor.
- Kemejmej: Buraj, Karreo, Kwalkol.

Gingivitis ko ilo Bororo

Hormone ko rej men ko rekka aer kwalok kain boom in kij in nad ko im rejalet kora ro rebororo.

- Elap an burororo, eboj nad ko
- Nad ko remetak ne kojibwi
- Elap an botoktok nad ko
- Ejakolok alikin kalotak



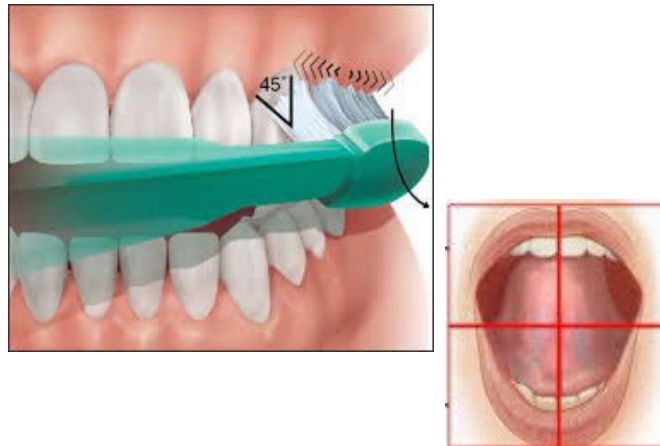
Laplok Mak ilo Ien Bororo

- Molanlon im emmoj emaron komman ajet in loje ilo ni ko im komman maloon ni ko.
- Demiji tonal ko, mona ko kwoj konaan mona, ikutkut in mona kotaan awa kin mona ko elap tonal ien remaron kalaplok an eddok mak.
- Laplok molanlon ak konaan emmoj emaron komman bwe kwon jab maron karreo niim ilo ien am bororo.

Wawein Buraj

Wawein buraj emaron komakit etoon, mona, im men ko rej eddep ilo mak eo niim. Buraj ej aikuij komman 2 alen ilo juon raan, jibbon im jota.

1. Jino kin buraj eo epidodo boran, im kajejjote nan 45 degree ankol ilo an boran buraj eo jiton nad ko.
2. Ilo am jab buul jipede, boran buraj eo rej emakitkit ilo tiju eo.
3. Kajojo emen kona ko ilo loni eo emaron buraj 30 jekon, laptata ruo minit nan aolepen loni eo. .



Wawein Karreo

Kein karreo ni ko im buraj aolep ien emaron jipan komakit etoon ko im mona ko epen topari ikotaan ni ko nan bobrae aer lonlok ie, komman bwen ejjelok botoktok, im kadiklok an nana bwin ni ko.

Ewor oktaktak in kein karreo ko im komaron kojerbali einwot kein karreo eo im ej to im eo kwoj adobdob kake.



1. Nan jone jonan kein karreo eo, jone jonan kein karreo eo jen adi eo iolapin peim nan jimwin peim.
2. Kapooj ijo emijel ilo kein karreo eo ilo adi eo iolap im bwen kein karreo eo ilo ejja adi eo wot ilo pa eo juon.
3. Kojerbal makitkit in jidpen, kokmanman am karreo kotaan ni ko, ien en ej mootlok jen ijo kwoj kotopare (ijo ni eo ej eddep ie) kommane juon C-shape ilo am kapool ni im lelon lelal kein karreo eo mae ien eo erre kotaan ni eo. Bar kommane juon alen ilo aolep jait ko an papilla eo.

