**Zubne Supljine**

Kada jedete slatku hranu,bakterija u ustima se pretvara u secer I kiselinu.Kiselina slabi zube I uzrokuje bijele fleke.Ako nastavite da jedete slatko,bijele fleke se pretvaraju u supljine.Supljine mogu da uzrokuju ozbiljne infekcije.

Sto cesce jedete slatku hranu sanse su vece da ce se supljine formirati.

**Flasica**

* Uvjek drzite svoje dijete dok ga hranite.
* Koristite samo majcino ili formulisano mlijeko u flasici.
* Ni slucajno ne dajite djetetu flasicu za vrijeme spavanja.
* Prestanite da koristite flasicu kada dijete napuni 12 mjeseci.

**Case**

* Predstavite djetetu casu sa njegovih 6-9 mjeseci starosti.
* Nedozvolite da dijete sa sobom nosa casu ili djeciji kup sa sobom .
*  Djeci od godinu dana starosti nudite samo mlijeko ili vodu izmedzu obroka.

Prvi pregled vasega djeteta kod zubara trebao bi da bude kada dijete napuni 12 mjeseci.

Developed by AB Douglass, MD, JM Douglass, BDS DDS, HJ Silk, MD

University of Connecticut Schools of Medicine and Dental Medicine

**Uzina izmedzu obroka**

* Jedna uzina bez secera izmedzu obroka.Ne nasrtati na hranu.

 Zdrava uzina :Sir,krekeri,svjeze voce,povrce,obicne pahuljice,I perece.

**Pranje Zuba**

* Pocnite sa pranjem cim primjetite zube.
* Mala mekana cetkica.
* Vrlo mala kolicina paste za zube sa fluoridom.
* Drzite pastu izvan dometa vasega djeteta.
* Sjedite ili stojite iza vasega djeteta dok mu perete zube.
* Operite mu/joj I zube I desni.
*  Ne davati hranu niti pice nakon pranja zuba prije spavanja.
* 

