

# Sanado Daahsaan

Preschool wuxuu u lahaa Ben\* xiise , leh waxyaabo badan oo cusub in la sameeyo iyo saaxiibo cusub oo xiiso leh. A 3 sano jir ayay riyasii u rumowday. Ben wuxuu u maleeyaay dhibaato inkastoo; afkiisa wax yeelaan. Waxa ka xanuun badan in mararka qaarkoodna ay adag tahay in la dhagaysan macalinka ama in la cuno cunto fudud, gaar ahaan marka ay lahaayeen cuntooyinka adag sida karootada. Macallinkiisa u sheegay in karootadu uu caafimaad yahay oo u isku dayo. Ben waxa la soo daristay warwar kale, sidoo kale. Dugsigiisa xannaanada iyo barbaarintu lahaa sharci sheegay in uu u baahan yahay dhakhtarka ilkaha aad baanay u cabsi galisay. Sidoo kale hooyadiina waxay ula muuqatay cabsi. Laakiin waxay isagii u akhridaa sheekoyin ku saabsan dhakhtarka ilkaha iyouna sheegtaa inuu geesi ahaado.

Xafiiska ama dhakhtarka ilkahu wuxuu ahaa mid nidaamsan oo ku qalabaysan qalabxiiso badan leh. Dhakhtarka ilkaha waxa uu ahaa mid aad u fiican xitaa marka Ben qayliyey. Waxay si tartiib ah u eegay ilkaha Ben ooyna u sheegay in uu leeyahay godad. Godod BADAN! Dhakhtarka ilkaha ayaa u sheegtay waxa uu afka yeeli karo. In kasta oo ay habsantahay in laga badbaadiyo xanuunka uu sababay daloolka ilkuhu. Hadana warka fiicanai waa dhaktarka ilkuhu wuu hagaajin karaa. Takhtarka wuxuu siiyey Ben wax ka caawiya xanuunka, ka dibna si taxaddar leh ayay u hagaajisay ilkahiisii! Waxayna qaadatay wakhti yar, afkii Ben na waxa uu hataan cuni kartaa karootada!

\* Inkastoo aan magiciisiina u beddelay, Ben\* waa wiil dhab ah oo ku dheecen suus ama ilka daloom 17 ka mid ah 20 kiisallig. Inta badan ayaa looga hortagi kari lahaa daryeelka ilkaha hore.

## U diyaarinta booqashada u horaysa ee dhakhtarka

- Hore u bilow tirtirida afka ilmahaaga ka dib quudin kasta, adoo ku nadiifinay marao yar oo jilicsan sida kuwa lagu qubaysto. Ku biilaw isticmaalka cadayga ilmaha marka ilkuhu ay bilaabaan inay ka soo baxaan.
- Kala hadal ku saabsan booqashada soo socota ee khathtarka ilkaha ama la ciyaar caruusada. Akhri buugaagta ku saabsan dhakhtarka ilkaha. Xataa haddii uu ilmahaaga aan weli hadlaya, way maqli karaan ereyada aad sheegeysid iyo dareenkaaga aad dareemaysibda. Ka fogow erayada sida “xanuun ama kuwa waxyeelladayda.”
- Qor su’aalo ama walaac laga yaabaa in aad leedahay. Waa caadi in ilmaha ka xanaaqo xafiiska dhakhtarka ilkaha. Liiskaaga su’aalaha ahiwuxuu kaa caawin doonaa inaad xasuusato, marka, aad umurugaysantahay ilmahaaga.



Early Childhood Dental Network

[http://www.ifound.org/  
community/early-childhood/](http://www.ifound.org/community/early-childhood/)



## Sababaha Wanaagsan



## Eeg Ilkaha ah Sanad





Hel ama raadi dhakhtarka ilkaha ee aad adiga ilmahaaguba jeceshihiin.

- Weydii dhakhtarkaaga ilkaha haddii ay arkaan carruurta yaryar ama haddii aad keeni kartaa ilmahaaga si ay u sameyso booqashadaada ku xigta.
- Haddii dhakhtarka ilkaha aanu ahayn mid arka caruurta yay yar, weydii kii qaadan lahaa ama la hadali lahaa khathtarka ilmahaaga.
- Xafiiska dhakhtarka ilkaha eed doorataa waa inuu ahaado:
  - Ku saaxiibtii nimo kuu muujiya adiga iyo ilmahaagaba.
  - Oo aqoon u leh carruurta yar yar iyo horumarkooda.
  - U naxariistaha dhinaca ilmahaaga , xataa haddii uu iska yuusayo ilmuhu.
  - U fur in ay ka jawaabaan su'aalahaaga.



Qabo ama ka hor tagwaxy-eelada ilkaha inta aanay noqon dhibaato.



Ilkaha cunuga yari waxay u baahanyihiin daryeel, sidoo kale!

Booqashada u horaysa ee cunugaagu booqdo dhakhtarka ilkuhu waa inuu eegaa:

- Sidee ay ilkuhu u korayaan
- Dhibaatooyinka ilkaha
- Sidee daamankiisa sare iyo kuwa hoose isugu yimaadaan (qaniinyada)
- Caafimaadka ciridka iyo dhabannada
- Arrimaha saamayn ama halista godadka sameeya.

Booqashada koowaad sidoo kale waa muhiim inaad fahamto doorka caafimaadka ilkaha ilmahaaga joogo . Tani waxaa ka mid ah daryeelka caafimaadka ilkaha ee u dhaxeeya booqashada , isticmaalka daawada floorayka iyo cuntada ilmahaagu doorto.



Ilaali dhoola cadaynta ilmahaaga abidkii.

Ilkaha cunuga waxay muhiim u yihiin horumarka ilmahaaga.

Haddii aanad daryeelin, xanuunka iyo khasaaro daadashada ilkahilmahu dagdag bay xanuun u keeni kartaa noloshooda oo dhan, kuwaasoo ay ka mid yihiin dhibaato hadalka oo ku xidhma, soo bixida ilkaha joogta ah u koraan, iyo xataa muuqaalka wajiga ilmahaaga.

Noolaanshaha xanuun ilkaha daawo waayaa wuxuu keeni kara waxqabadka dugsiga oo liita, iyo dhibaatooyinka dabecadda.

Waan ognahay in aad rabto in ilmahaagu ku koraan farxad iyo caafimaad leh.

**Oo haddana ma aha in uu dhoola u qalantaa?**

