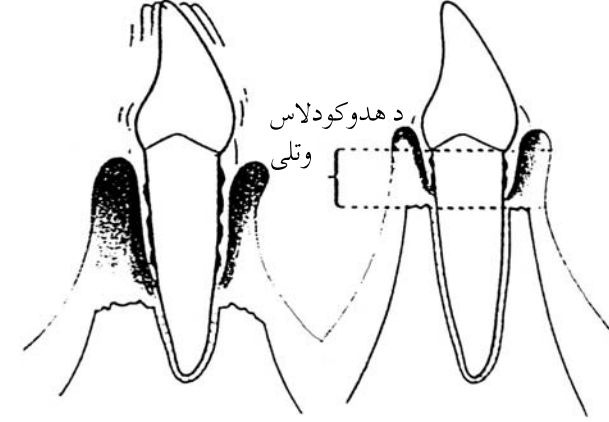


مکروبوڼه د غابڼ د وورې پاتیدل اهاک شی د وخت تیریدلو سره د غابڼ منگ ته بدلیری. ورسته بیا هدوکی د دغه غابڼ گردچاپیرتخیریوی اوکیدۍ شی چه دالقی یا ضایع شی. دغابڼونو دلقیدو د مخنیوی یا ټالول ډاکتریا دغابڼ د روغتیا متخصص له خوا امکان شته.

په مختلف ژبو سره دغابڼونولارښونه



په غابڼونوکی د سوری یا کاریس او لقیډو پیداکیدل د مخنیوی لپاره باید دا لاندی ټکوته پاملرنه وشی:

- ◆ غابڼونو ته په دقیق توگه دفلور کریم سره سهار او ماښام بورس وکوی
- ◆ ډیر خلی په ورځ کی ډوډی منخوری
- ◆ غابڼونو ته وخت ورکړی چه دیوه ډوډی خوړلو نه تر بل وخت پوری دمراسی وکړی
- ◆ دغابڼونو کلنیک ته په منظمه توگه ورځی

دغابڼونو کلینیکوپه اسکونی کی

Folktandvården Skåne

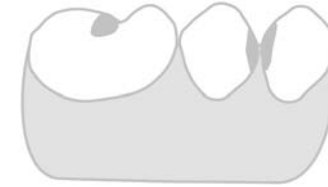
 **Folktandvården Skåne**

دغابنونو علاج په سویدن کی

په سویدن کی دماشومانو لپاره چه عمرئی ۱۹-۰ کلنو پوری وی دغاشونو علاج په وریا توگه کیږی. لویان دغابنونو د معالجه قیمت له مخصوص تکس سره سم پخپله درکړی. معلومات د غابنونو ډاکتر او د غابنونو د روغتیا متخصص او د کتنجی ځایونو که تاسو درد لری د تلفون په رهنما کتاب کی شته.

کاریس یا سوری

په غابن کی د سوری دپیداکیډلو عامل مکروبونه او قندی مواد دی. په خوله کی تولوخت مکروبونه موجود وی. هغوی په آسانی سره په غابنونو بانندی چسپوی. یوئی داسی لکه په غابنونو کی مکروب ته لوخه وای. هرځلی چه دا مکروبونه د شکر موادوسره په تماس راخی نویو تیزاب جوړوی چه په غابنونو تخریبی اثر لری. وروسته بیا په غابن کی سوری جوړیږی.



په غابنونو کی د سوری
دپیداکیډلو اصلی عامل
مکروبونه او شربنی دی

شربنی په تولو غذائی موادو چه وخورو شته، په عادی غذائی موادو کی او ډیر زیات په شربنو شربتونو، کیک او شربنیاب کی. نوهما دلیل دی ډیر مهمه ده چه ژر ژر خوراک به نکوی ډیر نه ډیر پنځوخلو نه په ورځ کی خوراک ونشی. او غابنونه ته سهار او ماښام بورس کوی.

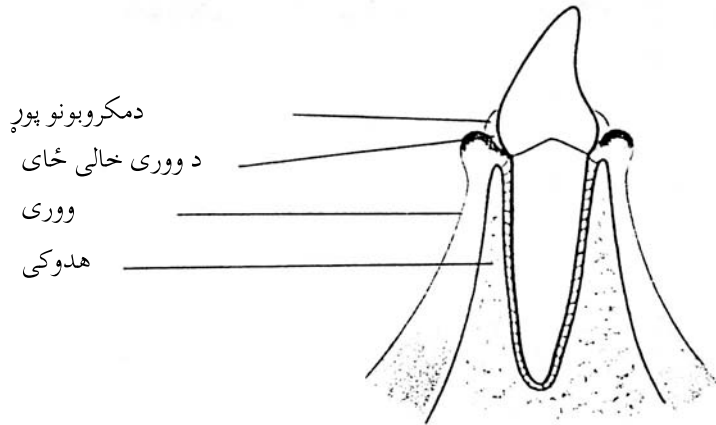
که تاسی شربن شربتاب، کیک او بل شربنی خوری نو کوشش وکړی چه د ډوډدی خورلو په وخت کی وخوروی یا وحتی. که د ودی خورلو د دوو وختونو په مینځ کی تری شوی نو اولبه وحتی. که تاسی شربنی خورلو علاقه مودرلوده نو ژاولی وژدوی او یا هغه گولی یا تابلیتونه چه په ایکزیلیتول سره شربن شوی دی استفاده کړی ځکه چه دا په غابنونو بانندی کوم بد اثر نکوی.

فلور

فلور یوه ماده ده چه دغابنونو د کلکوالی سبب گرځی. دا دکاریس دخطر کموی. نو حکه کوشش وکړی چه همیشه هغه کریم چه فلور په کی شامل وی استفاده کړی. فلور په یوه بله طریقه هم استعمالیږی چه دډاکتریا دغابنو د روغتیا متخصص لخوا هدایت ورکول کیږی.

دغابنونو لککیدل یا ضایع کیدل

مکروبونه دغابنونو د ضایع کیدلو سبب هم گرځی. البه دا په لویانو کی معمول دی. دغابنونو د ورستیدلونه څرگندیږی خو د غابنونو د بورس کولو په وخت کی وینی کیدل ددی نشی دی.



دمکروبونو پور
د ووری خالی ځای
ووری
هدوکی

په هغه های کی چه ووری دغابن سره چسپیدله ده دنورمال په ډوله هر چا همد سی دووری یا بیبری رأس لری. مکروبونه په دی برخه کی نشو اونما کوی په بورس کولو سره دا خپلو نشی لری کولی. ووری سری گرځی، پرسپیری او په آسانی سره وینی کیږی.