



तपाईंको दाँतलाई बचाउनुहोस्

हाम्रा प्रायः जसो स्थायी दाँतहरूलाई हामी जोगाउन सक्छौं यदि हाम्रा मुखमा ठूलो मुक्का वा बाह्य प्रहार भए पश्चात हामीले सावधानी अपनाउन सक्छौं अथवा जानकारी हासिल गर्नु भने।

कुनै बाह्य प्रहार वा शक्तिको कारण दाँत भाँचियो भने के गर्न पर्ने हो:



1 भाँचिएको वा टुटको दाँतो टुक्रा खोजी निकालनु होस्।



2 त्यो टुक्रालाई पुनः त्यसको स्थानमा टास्न सकिन्छ।



3 त्यसको निम्ति यदि सम्भव भए शीघ्र दन्त चिकित्सकको परामर्श एवं उपचार गराइहाल्नुहोस्।

दाँत फुक्लेको खण्डमा के गर्न पर्ने:



1 फुक्लेको दाँत खोज्नुहोस्।



2 त्यसको शीर्ष भागमा पक्रनुहोस् अनि

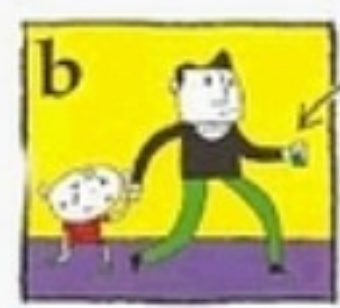


3 (सिंकलाई बुच्चाउनुहोस्) सो कलको पानीमा पस्वाल्नुहोस्।

4 निम्नलिखित विकल्पमध्ये कुनै एक विकल्पलाई आप्नाउनुहोस्।



a दाँतलाई त्यसको आफ्नो निर्दिष्ट स्थानमा राख्नुहोस्।



b दाँतलाई एक कप दुधमा वा नून पानीमा डुबाउनुहोस्।



c यदि दूध उपलब्ध छैन भने दाँतलाई गालाको भित्री भाग वा गिंजाको बीचमा चेप्नुहोस्।



5 दुई घण्टाभित्रको अवधिभित्र ठीलो नगरी दन्त चिकित्सक/विशेषज्ञको समक्ष गई उपचार गराइहाल्नुहोस्।



UNIVERSIDAD DE VALPARAISO CHILE