



# মুখের ভিতর সুস্থ রাখা বাচ্চার প্রথম দাঁত বেড়োনোর সঙ্গে সঙ্গে শুরু হয়।

আপনার বাচ্চার প্রথম দাঁত বেড়োনোর সঙ্গে সঙ্গে দাঁতের ক্ষয় শুরু হতে পারে।

এইসব পদক্ষেপ নিন:

- আপনার বাচ্চার প্রথম দাঁত বেড়োনোর সঙ্গে সঙ্গে দিনে দুইবার ব্রাশ করান।
- অল্প ফ্লুরাইড টুথপেস্ট দিয়ে ব্রাশ করান।
- বাচ্চা নিজে থেকে ভালভাবে ব্রাশ করতে না পারা পর্যন্ত সহায়তা ও দেখাশোনা করুন।

আরো তথ্যের জন্য 311 নম্বরে ফোন করুন অথবা [nyc.gov](http://nyc.gov) এ গিয়ে “teeth” (দাঁত) লিখে অনুসন্ধান করুন।

**NYC**  
Health