PASHTO

باید څه وکړو؟
هره دقیقه حسابیږي!

تر ټولو غوره مشوره دا ده چي باید غاښ هرو مرو بیرته په خپل ځاي کي کیښودل شي!

که چیري ټول غاښ غورځیدلي وي

نوټ: د ماشومانو په لومړنیو غاښونو یي مه عملي کوي

- ورک شوي غاښ له ځنډ پرته پیدا کړي!
- په ریشو باندي له لاس وهلو څخه ډډه وکړي او غاښ بیرته په خپل ځاي کیږدي – که چیرى امکان لري.
  که چیري غاښ خیرن شوي وي، نو په روانو اوبو یي زر تر زره پریمنځي یا یی په خوله کي د لاړو په وسیله پاک کړي.
- ډاکټر ته د تلو په وخت کي غاښ په خپل ځاي کي کلک ونیسئ.
- که امکان نلري، نو غاښ په خوله کې دننه ونیسئ، یا یي په شودو کي واچوي.
- ریشي وچیدو ته مه پریږي!

که چیري د غاښ کومه ټوټه ماته شوي وي

- نو د غاښ ماته برخه پیدا کړئ او ډاکټر ته تر رسیدو پوري یي لوند وساتي.

د غاښونو ډاکټر ته غږ کړئ:

Norsk Tannvern®
www.tannvern.no

©Norsk Tannvern. Grafisk prod. og design: Trine Suphammer AS. Foto: ©Anne-Lise Maseng Aas. Brosjyren lastes ned gratis fra www.tannvern.no
Oversettelse: Semantix. Økonomisk støtte: Helsedirektoratet. Plakaten lastes ned gratis fra www.tannvern.no