

Chiếc răng đầu tiên của em bé là sự kiện rất thú vị!

Đa số các em bé mọc răng đầu tiên trong khoảng thời gian từ 4 tới 7 tháng tuổi. Một vài em bé không mọc chiếc răng đầu tiên cho tới sau khi tròn một tuổi! Không cần phải lo lắng về thời điểm mọc răng. Trước năm 3 tuổi, đa số trẻ nhỏ đều mọc đủ 20 chiếc răng.

Tình trạng đau do mọc răng có thể làm quý vị lo lắng. Những mẹo đơn giản này có thể giúp quý vị làm dịu nướu răng bị đau và chăm sóc những chiếc răng mới tinh của em bé.

Lưu ý các dấu hiệu mọc răng

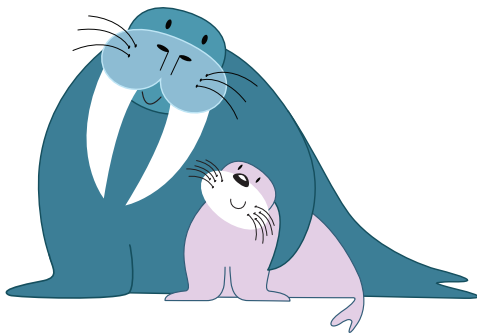
Vài tuần trước khi mọc chiếc răng đầu tiên, một số em bé có thể có các dấu hiệu sau đây:

- Hơi quấy khóc
- Rỏ nước dãi
- Muốn nhai đồ vật cứng
- Nướu răng của bé đỏ, phồng lên - đặc biệt là phía trước miệng nơi răng thường mọc trước

Một số em bé còn bị sốt nhẹ khi mọc răng. Nhưng sốt cao (trên 101°F) và tiêu chảy không phải là do mọc răng. Nếu con quý vị bị sốt cao hoặc tiêu chảy, hãy gọi bác sĩ của quý vị.

Những mẹo nhỏ để làm dịu nướu răng bị đau

- **Ấn nhẹ.** Làm vậy để giúp chiếc răng mới nhú lên qua mô nướu răng mềm và giúp bé đỡ đau.
 - Dùng ngón tay của quý vị hoặc khăn ướt chà nhẹ nướu răng của bé.
 - Cho bé dùng vòng nhai dành cho em bé mọc răng hoặc núm vú giả làm bằng cao su cứng. Tránh dùng các loại vòng bên trong có chất lỏng vì chúng dễ vỡ ra.
- **Giữ mọi thứ mát.** Việc đó có thể giúp giảm sưng đau.
 - Làm lạnh chiếc vòng ngậm, núm vú giả, hoặc khăn ướt - nhưng đừng để đông đá hoàn toàn. Bất kỳ thứ gì quá cứng cũng có thể làm tổn thương nướu răng của bé.
 - Cho bé ăn một miếng trái cây đông lạnh đựng trong dụng cụ cho ăn có túi lưới an toàn cho bé.
- **Thử cho dùng thuốc giảm đau.** Thuốc giảm đau có thể giúp giảm đau do mọc răng, nếu em bé rất khó chịu.
 - Acetaminophen (ví dụ, Infants' **TYLENOL**[®]) là loại thuốc được các bác sĩ nhi khoa khuyên dùng để giảm đau do mọc răng. Hỏi bác sĩ để biết liều dùng cho trẻ em dưới 2 tuổi. Ibuprofen (ví dụ, Infants' **MOTRIN**[®]) cũng có thể được khuyên dùng cho trẻ nhỏ trên 6 tháng tuổi.
 - Tránh dùng các loại gel hoặc chất lỏng giảm đau do mọc răng bằng cách chà lên cho em bé dưới 2 tuổi. Nhiều loại có thể có *benzocaine*, một thành phần có thể gây ra các phản ứng phụ nguy hiểm ở trẻ nhỏ.
 - Đừng bao giờ dùng rượu mạnh để làm tê nướu răng của bé.



Cách chăm sóc răng em bé

Sau đây là gợi ý của Hiệp Hội Nha Khoa Hoa Kỳ (ADA):

- Ngay khi em bé mọc chiếc răng đầu tiên, dùng bàn chải mềm dành cho trẻ nhỏ **đã nhúng** nước sau mỗi lần cho bé ăn.
- Hỏi nha sĩ của quý vị để biết khi nào cần dùng **kem đánh răng fluoride**. Trong đa số các trường hợp, quý vị nên chờ cho tới khi em bé được 2 tuổi. Nếu con quý vị uống ít nước được bổ sung fluoride, nha sĩ của quý vị có thể gợi ý bắt đầu sớm hơn. Hoặc nha sĩ có thể kê toa một liều fluoride hàng ngày để ngừa sâu răng.
- Bắt đầu **làm sạch răng bằng sợi chỉ nha khoa** hàng ngày khi con quý vị có hai răng mọc cạnh nhau.
- Thu xếp **buổi hẹn đầu tiên với nha sĩ** trước khi em tròn một tuổi.



Tải xuống công cụ Theo Dõi Sức Khỏe Trẻ Em MIỄN PHÍ

Theo dõi chiều cao, cân nặng, BMI, chùng ngực, các triệu chứng và thuốc men của con quý vị, cộng với việc tính toán liều lượng.



Lời khuyên giữ gìn sức khỏe từ McNeil Consumer Healthcare Division of McNEIL-PPC, Inc., hãng sản xuất Children's **TYLENOL**[®] và Children's **MOTRIN**[®]

App Store là thương hiệu của Apple Inc. Google Play là thương hiệu của Google Inc. Các mức giá tải tài liệu thông thường có thể áp dụng.