

# बच्चों का दंतोद्भवन (दाँतों का निकलना)

## Teething

Teething occurs when teeth begin to break through the gums of a baby or child. This often starts when a baby is 6 to 8 months old, but can begin as early as 3 months.

### Signs of Teething

- Drooling
- Swollen or sore gums
- Trouble sleeping
- Not eating
- Biting objects

Teething can be painful for some children. For others it is not. Discomfort comes from pressure of the tooth on the skin of the gums.

### Your Child's Care

Here are some ways to comfort your baby and ease his or her pain:

- Gently rub the gums with a cool, damp washcloth.
- Give your baby something safe to chew on, such as rubber teething rings.
- Rub your baby's gums with a clean finger.
- Wipe your baby's face often and keep it dry to prevent rashes.
- Children's Tylenol or teething medicines can help, but check with your child's doctor first.

Keep your baby's mouth and gums clean even if your baby does not have teeth.

दंतोद्भवन तब होता है जब निकलने के लिए दाँत शिशु या बच्चे के मसूड़ों को फाड़ना शुरू कर देते हैं। यह अकसर तब शुरू होता है जब बच्चा 6 से 8 महीने का हो जाता है, लेकिन 3 महीने की आयु से भी शुरुआत हो सकती है।

### शुरुआती लक्षण

- लार टपकाना
- सूजन या मसूड़ों में दर्द
- नींद न आना
- नहीं खा रहा है
- चीजों को काट रहा है

दंतोद्भवन कुछ बच्चों के लिए दर्दनाक हो सकता है। दूसरों के लिए ऐसा नहीं होता है। बेचैनी मसूड़ों की त्वचा पर दाँत के दबाव से आती है।

### आपके बच्चे की देखभाल

यहाँ आपके शिशु को आराम देने और उसके दर्द को कम करने के कुछ तरीके दिए गए हैं:

- मसूड़ों को एक ठंडे, नम वॉशक्लॉथ से धीरे-धीरे रगड़ें।
- अपने शिशु को कुछ चबाने के लिए दें, जैसे कि रबर टीथिंग रिंग्स।
- अपने शिशु के मसूड़ों को एक साफ उँगली से रगड़ें।
- अपने शिशु के चेहरे को अकसर पोंछें और ददोरों को रोकने के लिए उसे सूखा रखें।
- बच्चों की टायलेनॉल या दंतोद्भवन की दवाएँ मदद कर सकती हैं, लेकिन पहले अपने बच्चे के डॉक्टर से बात करें।

यदि आपके शिशु के दाँत नहीं हैं, तो भी अपने शिशु के मुँह और मसूड़ों को साफ रखें।

## Here are some ways to care for your child's gums and teeth.

- After each meal, wipe your baby's gums with a washcloth.
- Do not put your baby to bed with a bottle of milk or juice. This can cause tooth decay.
- Use a soft bristle toothbrush to clean gums and new teeth.
- Clean your child's gums and teeth at least two times each day.

Talk to your child's doctor before you start using toothpaste on your child's teeth. Children should not swallow toothpaste. Too much fluoride can be harmful.

## Call your child's doctor if your child:

- Has a fever or other illness. Teething does not cause an illness.
- Loses a tooth due to an injury.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

## यहाँ आपके बच्चे के मसूड़ों और दाँतों की देखभाल के कुछ तरीके दिए गए हैं।

- प्रत्येक बार भोजन के बाद, अपने शिशु के मसूड़ों को वॉशक्लॉथ से पोंछ लें।
- अपने शिशु को दूध की बोतल या जूस के साथ बिस्तर पर न डालें। इससे दाँत सड़ सकते हैं।
- मसूड़ों और नए दाँतों को साफ करने के लिए मुलायम बालों वाले टूथब्रश का प्रयोग करें।
- प्रत्येक दिन अपने बच्चे के मसूड़ों और दाँतों को कम से कम दो बार साफ करें।

अपने बच्चे के दाँत पर टूथपेस्ट का प्रयोग शुरू करने से पहले अपने बच्चे के डॉक्टर से बात करें। बच्चों को टूथपेस्ट नहीं निगलना चाहिए। बहुत अधिक फ्लोराइड हानिकारक हो सकता है।

## अपने बच्चे के डॉक्टर को कॉल करें, यदि आपके बच्चे को:

- बुखार या अन्य बीमारी है। बच्चों में दंतोद्भवन (दाँतों का निकलना) किसी बीमारी का कारण नहीं है।
- किसी चोट के कारण दाँत कोई टूट जाता है।

यदि आपके कोई प्रश्न या चिंताएं हों तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।