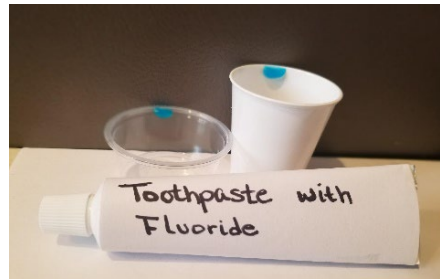


Đánh Răng Ngay Tại Bàn

Bước 1: Thu Thập Vật Dụng

- Một bình đầy nước lấy từ máy lọc nước hoặc bồn rửa sơ chế thực phẩm, **không phải từ bồn rửa tay**
- Găng tay cho giáo viên để xử lý bàn chải đánh răng
- Bàn chải đánh răng cho trẻ em, mỗi bàn chải có ghi tên của trẻ trên tay cầm
- Kem đánh răng có chứa fluor
- Cốc giấy hoặc cốc nhựa nhỏ dùng một lần cho mỗi trẻ
- Khăn giấy



Bước 2: Chuẩn Bị và Ngăn Ngừa Vi Khuẩn Lây Lan

- Giáo viên lau chùi, rửa sạch và **vệ sinh** bàn trước khi đánh răng (xem ghi chú bên dưới).
- Trẻ và giáo viên **rửa tay trước khi đánh răng**.
- Giáo viên chấm một phần nhỏ kem đánh răng có chứa fluor với kích thước phù hợp lứa tuổi xung quanh mép mỗi cốc.
- Giáo viên đưa cho mỗi em một cốc đựng kem đánh răng và một tờ khăn giấy.
- Giáo viên đeo găng tay trước khi đưa bàn chải đánh răng cho mỗi trẻ từ giá phơi.

Lưu ý: Nếu đánh răng ngay sau bữa ăn, bàn ăn không cần phải vệ sinh lại và trẻ không cần rửa lại tay trước khi bắt đầu đánh răng.

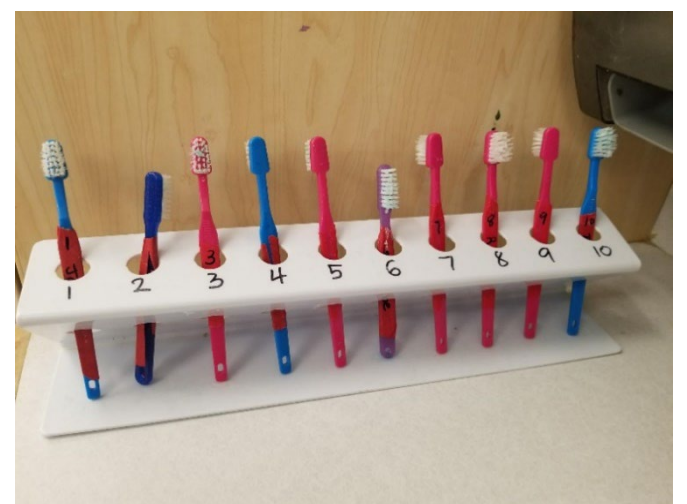
ETAP 3. Чищення зубів у групі

- Trẻ dùng bàn chải đánh răng để lấy kem đánh răng trong cốc.
- Trẻ chải răng theo chuyển động tròn nhỏ trên tất cả các mặt của răng – mặt trong, mặt ngoài và mặt nhai. Nhắc trẻ chải cả phần lưỡi. Giáo viên có thể dùng đồng hồ hẹn giờ hoặc hát một bài hát để khuyến khích trẻ **đánh răng trong 2 phút**.
- Trẻ nhổ kem đánh răng trong miệng vào cốc. Không cần súc miệng. Việc này cho phép fluor từ kem đánh răng lưu lại trên răng và tăng cường bảo vệ chống lại vi khuẩn.
- Trẻ có thể dùng khăn giấy để lau mặt nếu cần.

Mẹo: Giáo viên ngồi vào bàn và đánh răng cùng trẻ là một cách tuyệt vời để làm mẫu cho hoạt động này.

Bước 4: Làm Sạch và Bảo Quản Bàn Chải Đánh Răng

- Từng trẻ đưa bàn chải đánh răng của mình cho giáo viên và bỏ cốc đã dùng và khăn giấy đi.
- Trẻ **rửa tay sau khi đánh răng**.
- Dùng nước trong bình, giáo viên rửa từng bàn chải đánh răng trên bồn rửa tay. **Không bao giờ sử dụng nước từ bồn rửa tay để rửa bàn chải đánh răng**.
- Giáo viên đặt bàn chải đánh răng vào chỗ của trẻ trên giá phơi (xem ghi chú bên dưới).
- Giáo viên lau chùi, rửa sạch và **vệ sinh** bàn sau đó rửa tay.



Lưu ý: Cất bàn chải đánh răng thẳng đứng trên giá phơi có các khe cách nhau ít nhất 2 inch (5 cm) để bàn chải không chạm vào nhau trong khi để khô. Cả bàn chải đánh răng và khe của giá phơi phải được dán nhãn bằng số để mỗi bàn chải đánh răng luôn ở đúng khe đó. Thay bàn chải đánh răng sau mỗi 3-4 tháng hoặc sớm hơn nếu cần.