

۴۰۷
۵
۱۰/۷

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

بهداشت دهان و دندان

ویژه مربیان محترم بهداشت، معلمان گرامی
والدین عزیز و دانش آموزان
(ابتدایی و راهنمایی)

تألیف :

محمدرضا یاورمنش

یاورمنش، محمدرضا، ۱۳۳۳ -

بهداشت دهان و دندان / نویسنده محمدرضا یاورمنش. -- مشهد :

هبوط لاله، ۱۳۸۴.

۴۸ ص.

ISBN : 964 - 95211 - 6 - X : ۴۵۰۰ ریال

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیبا .

۱. دندان -- بهداشت -- ادبیات نوجوانان . ۲. دهان -- بهداشت

-- ادبیات نوجوانان . الف . عنوان

۶۱۷/۶۰۱

ب۲/۶۳ RK

۵۶۹۴-۸۴م

کتابخانه ملی ایران



ناشر: انتشارات هبوط لاله تلفن: ۸۵۱۶۳۴۷ - همراه: ۰۹۱۵۱۱۲۷۲۴۲

صندوق پستی: مشهد ۱۳۳۷ - ۹۱۷۳۵

تالیف: محمدرضا یاورمنش

نوبت چاپ: اول بهار ۸۴

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: سینا

لینوگرافی: سوره

طرح جلد: مرجان توجهی

تایپ و صفحه آرایی: سعید چمبری

شابک: X - ۶ - ۹۵۲۱۱ - ۹۶۴

بها: ۴۵۰۰ ریال

« حق چاپ محفوظ است »

فهرست مطالب

۵	پیشگفتار
۶	بهداشت دهان و دندان
۷	حفره دهان
۷	نقش حفره دهان در بدن
۸	دندانها دوره جنینی
۸	ساختمان دندان
۱۰	رنگ دندانها
۱۱	دندانهای شیری
۱۲	دندانهای مخلوط
۱۳	دندانهای دائمی
۱۴	پوسیدگی دندان
۱۷	عوامل مؤثر بر پوسیدگی دندان

۲۰	راههای پیشگیری از پوسیدگی دندان
۲۱	جرم دندان
۲۳	چگونگی تشکیل پلاک دندانی
۲۴	بوی بد دهان و علل آن
۲۶	مشخصات یک مسواک مناسب
۲۷	روش صحیح مسواک زدن
۳۲	روش نگهداری از مسواک
۳۴	استفاده از نخ دندان
۳۸	خمیر دندان
۴۱	دهان شویه ها
۴۳	روش استفاده از دهان شویه
۴۴	بهداشت لثه
۴۶	بهداشت زبان
۴۷	بهداشت لب
۴۷	خشکی دهان چیست ؟
۴۸	منابع و مأخذ

باسمه تعالی

پیشگفتار

بهداشت دهان و دندان، یکی از مهمترین شاخه‌های بهداشت عمومی بشمار می‌آید و رعایت کامل موازین بهداشتی در این زمینه برای حفظ سلامت دهان و دندانها نیازمند آگاهی و توجه دقیق کلیه افراد به آموزش‌های صحیح بهداشتی می‌باشد. عوامل محیطی، تغذیه صحیح و برخورداری از یک فرهنگ غنی بهداشتی در به ثمر رساندن این مهم نقش بسیار ارزنده‌ای را داراست.

با توجه به این موضوع کتاب مذکور به همین عنوان (بهداشت دهان و دندان) تدوین گردیده است.

لازم به ذکر است چون این کتاب برای معلمان گرامی، اولیاء محترم و دانش آموزان به ویژه مقطع ابتدائی و راهنمایی گردآوری شده سعی گردیده است مطالب به صورت روان و ساده ارائه شود بطوریکه به محتوای مطالب آسیبی وارد نگردد.

با تشکر

محمد رضا یاور منش

کارشناس بهداشت عمومی