

Merawat Gigi Si Kecil yang Baru Tumbuh



Pertumbuhan gigi anak merupakan momen berharga dalam tumbuh kembang si kecil. Oleh karena itu pertumbuhan gigi anak harus sangat diperhatikan dan dirawat dengan baik.

Perawatan gigi si kecil harus dimulai sejak dini, bahkan sejak sebelum giginya tumbuh. Justru dengan semakin dini melakukan perawatan maka kesehatan gigi dan gusi si kecil menjadi lebih terjamin. Sebab, kesehatan gigi merupakan investasi yang penting untuk sang buah hati. Dengan memiliki gigi yang sehat, maka proses tumbuh kembangnya pun akan berjalan optimal.

Berikut adalah hal-hal yang bisa Ibu lakukan dalam rangka merawat gigi si kecil yang baru saja tumbuh. Perlu diperhatikan juga beberapa hal dalam merawat gigi si kecil, sebab dalam merawat gigi si kecil yang baru saja tumbuh ini memerlukan cara khusus dan berbeda dengan perawatan gigi pada umumnya.

Bersihkan dengan kain lembab

Sebelum gigi si kecil benar-benar tumbuh, Ibu disarankan untuk rutin membersihkan gusi bayi. Cukup dengan menggunakan kain yang lembut, kemudian basahkan dengan air yang hangat, lalu gosok gusi bayi perlahan-lahan.

Gunakan *finger toothbrush*

Jika gigi si kecil mulai tumbuh, Ibu bisa menggunakan *finger toothbrush* untuk membersihkan gigi si kecil. *Finger toothbrush* merupakan sikat gigi yang memiliki bulu sikat lembut yang terbuat dari bahan silicone dan didesain khusus dengan mengikuti jari tangan Ibu sehingga mudah digunakan saat membersihkan gigi si kecil. Dengan menggunakan sikat gigi ini si kecil merasa lebih nyaman ketika kita membersihkan giginya yang baru tumbuh, karena aman ketika bersentuhan dengan gusi bayi dan tidak menyakiti bagian dalam mulutnya.

Bersihkan gigi dengan benar dan secara menyeluruh

Untuk memudahkan Ibu dalam membersihkan gigi si kecil, Ibu bisa melakukannya sambil duduk memangku si kecil dengan tangan kiri. Lalu tangan kanan Ibu yang membersihkan gigi si bayi dengan kain lembab atau *finger toothbrush*. Sikatlah perlahan ke arah atas dan bawah dari gigi, jangan menyikat dengan gerakan menyamping pada gigi atau menyikat gigi dengan arah bolak balik karena ini bisa mencederai gusinya. Jangan bersihkan bagian depan gigi saja, selalu perhatikan bagian-bagian sela gigi, permukaan gusi, belakang, pipi bagian dalam, serta lidah.

Jangan gunakan pasta gigi terlebih dahulu

Untuk membersihkan gigi si kecil, tidak perlu menggunakan pasta gigi, cukup gunakan air saja. Sebab si kecil belum membutuhkan banyak fluoride, dan si kecil bisa mendapatkan fluoride dari air bersih. Setelah si kecil berumur satu tahun, pasta gigi boleh saja digunakan. Cukup gunakan sedikit saja sebesar biji jagung. Sebaiknya, gunakan pasta gigi khusus untuk anak-anak yang tidak berbahaya jika tidak sengaja tertelan.

Hindari makanan manis mengandung gula

Sebaiknya hindari memberikan makanan atau camilan manis yang mengandung gula, seperti coklat, permen, biskuit manis, dan sebagainya. Sebab makanan manis akan menyisakan kotoran di gigi yang akan menimbulkan plak, gigi berlubang hingga karang gigi yang penuh bakteri. Bakteri inilah yang menghasilkan toksin sehingga menimbulkan inflamasi di gusi. Kenalkan dengan makanan sehat agar kesehatan gigi si kecil tetap terjaga. Selain itu, biasakan si kecil untuk minum air putih setelah mengonsumsi makanan apapun.

Bersihkan gigi sebelum tidur

Jangan biasakan membiarkan si kecil tidur sambil minum susu atau dalam keadaan gigi yang kotor. Bersihkan gigi si kecil sebelum tidur. Gigi yang tidak dibersihkan sebelum tidur akan membuat kuman senantiasa berkembang biak dan menumpuk. Kuman lebih mudah dua kali berkembang biak saat malam hari dikarenakan produksi air liur yang mengandung zat antibakteri berkurang. Itu alasannya pada malam hari penting sekali untuk sikat gigi.

Ajak si kecil periksa ke dokter

Periksakan gigi si kecil ke dokter gigi, setelah 6 bulan sejak gigi pertama tumbuh, atau saat usia anak setahun. Selain untuk menjaga kesehatan gigi si kecil, memeriksakan gigi ke dokter sedari dini juga bertujuan untuk mengetahui jika ada suatu masalah pada gigi anak. Selain itu, berkonsultasi dengan dokter sangat penting karena sekitar 40% anak-anak memiliki kerusakan gigi pada usia 5 tahun karena Ibu tidak mengetahui apa yang harus di lakukan pada saat si kecil mengalami masalah pada giginya.

Dengan mengajak si kecil ke dokter gigi sedari dini, maka ia pun bisa merasa familiar alias tidak takut dengan dokter gigi. Biasakan untuk memeriksakan gigi anak secara teratur setiap 6 bulan sekali ya Bu.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/merawat-gigi-si-kecil-yang-baru-tumbuh.html>