

# တၢ်ကွၢ်ထွဲမဲတၢ်မၤစၢၤကလီလၢနဖိအကိၣ်

**ၤစသမအညးအး က့ၤဟ့ၣ်လီၤကဒါက့ၤလံာ်က့ၤလၢနဆဲးလီၤမဲလၢကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤကလီအကိၣ်တက့ၢ်.**

**တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ဟံဉ်ဃုာ်ဝဲဒၣ်:**

- တၢ်မၤကွၢ်မံာ်ကလီ-ပမဲကသံာ်သရၣ်စဲးနီၣ်တဖၣ်ကွၢ်လီၤဝဲဒၣ်ဆူၣ်ဖိသ့တဖၣ်အကိၣ်ပူၤလၢကသမံသမိး ကွၢ်ဝဲဒၣ်ဖိသ့တဖၣ်အမဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ခဲလၢာ်ခဲဆူၣ်န့ၢ်လီၤ.
- တၢ်မၤပျဲဝဲဒၣ်မံာ်ပူၤဟံတဖၣ်-လၢမဲတဖၣ်အပူၤဟံတဖၣ်အိၣ်တီၣ် တဂ့ၤအဂီၢ်တၢ်မၤပျဲလီၤဝဲဒၣ်အီၤန့ၢ်လီၤ.
- ကသံာ်တၢ်ထုးမဲကလီ-ထုးမဲ, ဘၢတၢ်မံဝဲအံၤအမၤကျၢၤထီၣ်ဝဲဒၣ် နမဲဒီးအဒိသဒါစ့ၢ်ကိးဝဲသ့မဲတဖၣ်အပူၤ ဟံတဖၣ်သ့တဖၣ်အိၣ်တီၣ်တ ဂ့ၤအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.



**ဘၣ်မၤန့ၢ်အသိန့ၢ်ကြးဆဲးလီၤဝဲဒၣ်နဖိအမဲလၢကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤကလီဝဲအံၤလီၤ:**

- မဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၢ်အရ့ဒိၣ်လၢနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ခဲလၢာ်ခဲဆူၣ်န့ၢ်လီၤ.
- တၢ်မၤပျဲဝဲဒၣ်မဲပူၤဟံတဖၣ်လၢကိၣ်မ့ၢ်အိၣ်န့ၢ်, နတလိာ်ဃုပူၤလၢတၢ်မၤဘၣ်ဒီး, နဖိစ့ၢ်ကိးတဘၣ်ဃုာ်လၢကိၣ်ဘၣ်န့ၢ်လီၤ.
- တၢ်မၤပျဲဝဲဒၣ်လီၤမဲပူၤဟံတဖၣ်န့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤအီၤလၢမဲကသံာ်သရၣ်စဲးနီၣ်တဖၣ်န့ၢ်လီၤ.
- လဲၤထံာ်လီၢ်ဘၣ်နသးဒီးနမံာ်ကသံာ်သရၣ်အစ့ၢ်ကတၢ်တနံာ်တဘျီတက့ၢ်.



ကသံာ်ထုးမဲန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ထုးအိၣ်ဒီးဘၣ်ဒါ(၈)

လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကျိၤအဂ့ၢ်အဂၤအဂီၢ်,  
ကိးလီတဲစိဖဲ  
**503-521-7166.**

**တၢ်ဂ့ၢ်ကိး မဲကအိ**

- မဲကအိန့ၢ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်မဲတၢ်ဆါတခါလၢအကဲထီၣ်အသးညီၣ်န့ၢ်လၢဖိသ့ နီၣ်ဆဲးအခါတခါန့ၢ်လီၤ.
- ဖိသ့သးနံာ် 5-11 နံာ် 50% န့ၢ်အိၣ်ဒီးမဲကအိၣ်<sup>1</sup> အစ့ၢ်ကတၢ်တခါန့ၢ်လီၤ.

**တၢ်ဘျီစဲး တၢ်မၤပျဲလီၤဝဲဒၣ်မဲကအိ**

- ပုၤကိၣ်ဖိလၢအဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်မၤပျဲမဲကအိန့ၢ် အဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်မဲကအိစ့ၢ်န့ၢ်ဒါပုၤကိၣ်ဖိလၢတမၤပျဲဝဲဒၣ်မဲကအိ<sup>2</sup> 50% န့ၢ်လီၤ.
- တၢ်သူဝဲဒၣ်ကသံာ်တၢ်ထုးမဲအံၤန့ၢ်အဒိသဒါဝဲဒၣ်မဲထီၣ်ကျိၤလၢအကအိထီၣ် 43% ဒီး မဲဖိဆဲးအကအိထီၣ် 37% န့ၢ်လီၤ.



<sup>1</sup> CDC. ဖိသ့ကိးပုၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့. <https://www.cdc.gov/oralhealth/basics/childrens-oral-health/index.html#:~:text=More%20than%20half%20of%20adolescents,one%20year%20of%20age>

<sup>2</sup> ပုၤတၢ်တၢ်ဒိသဒါတၢ်မၤပျဲအီၤဝဲၤ (2017) တၢ်မၤပျဲလီၤတၢ်ဆူၣ်ချ့ တၢ်သးန့ၢ်ပုၤမဲကအိပုၤလၢ ကိၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲး. <https://www.thecommunityguide.org/sites/default/files/assets/OnePager-OralHealth-School-Sealants.pdf>

<sup>3</sup> Marinho VCC, Worthington HV, Walsh T, Clarkson JE. တၢ်မၤပျဲလီၤတၢ်ထုးမဲန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ထုးအိၣ်ဒီးဘၣ်ဒါ. Cochran တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကျိၤလၢအကျိၤအကျဲးဘၣ်ဘၣ် 2013, Issue 7. Art. No: CD002279. DOI: 10.1002/14651858