

Ubuhera bwo Kwiyugumura

- ✓ Koresha umujigiti ufise utwêzamênyo tworoshe kandi dufise udutwe tugufi
- ✓ Koresha umuti w'amenyo ugizwe na fluoride
- ✓ Iyugumure kabiri ku musi
- ✓ Cîra umuti ariko ntiwiyugumuze amazi

Iyugumure mu gatondo no mw'ijoro imbere y'ukuja kuryama.



Koresha umuti ungana n'urutete rw'urushaza ku mujigiti woroshe.



Iyugumure inyuma ku menyo ukoresheje ukuzungurutsa umujigiti nk'umuzingiri. Tangura uruhande rumwe maze ubandanye mu rundi ruhande rw'akanwa.



Iyugumure imbere ku ryinyo rimwe witonde woze gushika ku binyigishi.



Iyugumure bukebuke hejuru ku menyo yo haruguru n'ayo muni. Tangura uruhande rumwe kugeza naho ukwiza akanwa kose.

Ubuhingana bwo kwoza hagati y'amenyoy

Koresha akagozi koza hagati y'amenyoy mu gusukũra aho umujigiti wawe udashiká. Cisha ako kagozi hagati y'amenyoy mu kuduza wongera umanura bukebuke.



Nokoresha umuti wõzã mu kanwa?

Koresha umuti woza mu kanwa mu gihe ubibwiwe n'umuganga w'amenyoy gusa.

Inomero yo Guhamagarako

Inzego za Reta Zitaho Ubuvũzi bw'Amenyoy ziratanga ubuvũzi ku bũntu ku bana bose batarakwiza imyaka 18 n'Ubufasha mu vyerekeye Kwivuza.

Abakuze baba I NSW bafisẽ Ikarata y'Ukwivurizako ya Reta ya Ostraliya baravurwa amenyoy biciye mu Nzego z'Igihugu Zitaho Ubuvuzi bw'Amenyoy

Ukéneye ayandi makuru yerekeye Inzego za Reta Z'Ubuuvũzi bw'Amenyoy i NWS

Hamagara 1800 679 336 canke ja kuri

<https://www.health.nsw.gov.au/oralhealth/Pages/info-patients.aspx>



Iyugumure amenyoy mu gitondo no mw'ijoro



Fungura ivyamwa n'imboga vyinshi kurushiriza



Hitamwo amazi nk'ikinyobwa



Isuzumishe amenyoy kenshi