Strategaethau Synhwyraidd ar gyfer Brwsio Dannedd

Mae brwsio dannedd yn brofiad synhwyraidd iawn, a gall y gwahanol weadau a blasau fod yn heriol iawn i rai plant. Mae yna ychydig o bethau y gallwch eu gwneud er mwyn ceisio paratoi eich plentyn ar gyfer brwsio dannedd a all wneud y profiad ychydig yn haws i'w oddef.

Paratoi eich plentyn ar gyfer brwsio dannedd

- Os yw'ch plentyn yn hoffi pwysau cadarn, rhowch gynnig ar goflaid mawr neu wasgu cyn brwsio.
- Gallech dylino o amgylch bochau eich plentyn gan symud tuag at eu gwefusau.
- Defnyddiwch liain wyneb i sychu'r tu mewn i geg eich plentyn ar hyd eu dannedd a'i deintgig cyn brwsio.
- Ceisiwch roi rhywfaint o ysgogiad i'r geg gyda brws dannedd bys neu z-vibe cyn brwsio i helpu i leihau sensitifrwydd.

Strategaethau Cyffredinol

- Bydd defnyddio amserlen weledol yn helpu eich plentyn i ragweld a deall beth fydd yn digwydd.
- Defnyddiwch ddrych fel y gall eich plentyn weld beth sy'n digwydd.
- Rhowch gynnig ar switsh pylu golau yn yr ystafell ymolchi, bydd hyn yn helpu i leihau'r golau sy'n bownsio oddi ar y gwahanol arwynebau.
- Bydd gosod amserydd gweledol ar gyfer yr amser y mae angen brwsio yn helpu'ch plentyn i ddeall y bydd yn dod i ben, ee app Disney Magic Timer
- Ceisiwch chwarae cerddoriaeth trwy glustffonau i dynnu sylw oddi wrth synau'r brwsio dannedd, mae'r app Brush DJ yn wych! Fel arall, gallech ddefnyddio clustffonau canslo sŵn.
- Defnyddiwch ddŵr cynnes i rinsio yn lle oer.
- Rhowch gynnig ar bast dannedd blasau gwahanol, neu hyd yn oed bast dannedd di-flas fel Oranurse nad yw'n ewynnog chwaith.
- Defnyddiwch ychydig iawn o bast dannedd i ddechrau a chynyddu nes byddwch yn defnyddio maint pus o bast dannedd.

Pa fath o frwsh ddylai fy mhlentyn ei ddefnyddio?

Efallai y bydd angen i chi roi cynnig ar wahanol fathau o frwshys gyda'ch plentyn gan y byddan nhw i gyd yn teimlo'n wahanol, a bydd rhai yn cael eu goddef yn well nag eraill:

- Rhowch gynnig ar frwsh Nuk i ddechrau cyn symud at frwsh gyda blew.
- Weithiau mae blew meddal yn cael eu goddef yn well na blew caled.
- Bydd brwsh 3-ochr yn sicrhau y bydd y plentyn wedi gorffen yn llawer cynt.
- Rhowch gynnig ar frws dannedd trydan yn hytrach na brwsh arferol oherwydd mae rhai plant yn teimlo bod y dirgryniadau'n eu tawelu.

Adnoddau Defnyddiol

Oranurse Toothpaste

Mae'r past dannedd hwn wedi'i lunio'n arbennig ar gyfer pobl sy'n sensitif i flasau cryf. Mae 1450ppm o fflworid ynddo ac mae'n rhydd o SLS (heb fod yn ewynnog)

NUK Training toothbrush set

Mae’n helpu plant i ddysgu sut i frwsio eu dannedd. Mae’r Set yn cynnwys 2 x frws - hyfforddwr glanhau a hyfforddwr brwsio. Mae hyfforddwr glanhau wedi'i gynllunio er mwyn cael ei gnoi ac mae'n glanhau ac yn tylino'r deintgig a'r daflod yn ofalus. Mae hyfforddwr brwsio yn helpu plant i ddod i arfer â brws dannedd ac mae’n glanhau eu dannedd cyntaf yn ofalus. Mae’n dod gyda chylch amddiffynnol / stand brws dannedd.

Ark Z-Vibe Oral Stimulator

Mae dirgryniad llyfn, ysgafn yn helpu i "ddeffro" y geg a chynyddu ymwybyddiaeth o’r geg.   Mae chwiliedydd gweadog yn rhoi mewnbwn cyffyrddol fel modd o normaleiddio sensitifrwydd. Handlen lefn, ysgafn, weadog, wedi'i dylunio'n arbennig i ddarparu ciwiau cyffyrddol wedi'u targedu ac ysgogiad synhwyraidd o fewn ac o amgylch ceudod y geg.

Brush Buddies finger toothbrush

Tylino deintgig tynner a glanhau dannedd newydd. 100% Silicon - BPA, Rhydd o Blwm a Phthalate. Mae gan y brwsh ddwy ochr, un gyda brwsh ar llall gyda lympiau tylino.

Dentrust 3-sided soft brush

Mae'r dyluniad unigryw yn ei gwneud yn ddefnyddiol i blant nad ydynt yn gallu symud yn dda gan ei fod yn arwain strôc y brwsh, ac mae hyn yn eu helpu i frwsio'n gywir ac yn annibynnol. I rieni sy'n helpu gyda brwsio ond sy'n cael tua deg eiliad yn unig i weithio gyda brwsh yng nghegau eu plant, gall hwn wneud y brwsio mor effeithiol â phosibl mewn amser byr gan fod y dant cyfan yn cael ei lanhau, nid dim ond un ochr ar y tro.

Apiau Brwsio Dannedd Defnyddiol

Brush DJ
Mae Brush DJ yn chwarae 2 funud o gerddoriaeth y gall defnyddwyr ddewis o'u llyfrgelloedd cerddoriaeth eu hunain. Mae'r ap hefyd yn caniatáu ichi greu nodiadau atgoffa dyddiol i frwsio'ch dannedd yn ogystal â nodiadau atgoffa i ymweld â'ch deintydd.

Disney Magic Timer
Mae'r ap amserydd gweledol hwn yn defnyddio brws dannedd wedi'i animeiddio i annog plant i frwsio am gyfnod hirach trwy ddatgelu llun Disney yn araf wrth i'r amser fynd rhagddo. Gall plant hefyd sganio eu cynhyrchion Oral B, dewis cymeriadau ac ennill sticeri.

Brush Up: Toothbrush Training
Mae Brush Up yn defnyddio cymeriad Budd i gyfarwyddo plant tra'n brwsio eu dannedd. Gall plant weld eu hunain ar y sgrin wrth ymyl Budd tra'u bod yn brwsio ac ennill 'gwobr' gyda'u hasesiadau hunlun.

Aquafresh Brush Time
Mae Capten Aquafresh a'r Nurdles yn annog plant i frwsio eu dannedd trwy ganu a dawnsio am 2 funud. Gall y teulu cyfan gymryd rhan. Mae hyd at 4 proffil defnyddiwr.

Colgate Magik
Mae'r ap hwn yn gweithio ar y cyd â brws dannedd Colgate Magik i ganfod sut mae plentyn yn brwsio eu dannedd. Gall plant gadw golwg ar eu harferion brwsio a defnyddio realiti estynedig i wneud brwsio yn fwy o hwyl.