

口腔健康计划

与您的家人讨论以下问题：

在哪里刷牙和使用牙线感到最舒适？ _____

您和您的家人每天喜欢在什么时间刷牙和使用牙线？ _____

准备就绪！

- 访问 **SmileCalifornia.org** 或是拨打 **1-800-322-6384** 联系电话服务中心，为您的家人寻找一位牙医。
- 致电牙医，并为您的家人预约就诊。确保向您的家人告知是否需要做任何安排。
- 安排您的家人往返就诊。
- 写下预约日期和时间，并且按时前去就诊！

就诊时，牙医向您的家人提供了哪些反馈？

Medi-Cal 涵盖 您家人的牙科需求

作为看护者，您在帮助家人保持健康笑容方面起着重要的作用。

此口腔健康计划属于：

最近一次牙科就诊：
____/____/____

下一次牙科就诊：
____/____/____



保持良好的日常口腔卫生是保持整体健康的重要部分。

当您的家人饱受其他健康问题的困扰时，他们的口腔健康往往就会被忽视。但是，保持良好的日常口腔卫生和定期前往牙科就诊可以帮助您的家人免受牙疼、感染和牙齿脱落的困扰。

您的家人可能无法自行刷牙和使用牙线，可能需要您的帮助。作为看护者，您在帮助家人保持口腔健康方面起着重要的作用。他们的口腔健康了，可以改善整体健康，有时还可以改善他们的某些行为。

下面为您提供一些小贴士，可以帮助您的家人保持健康笑容：

-  养成每日刷牙和使用牙线的习惯。有些人更喜欢在每天的不同时间，以及在浴室水槽以外的其他地点刷牙和使用牙线。
-  每年至少为您的家人预约一次牙科就诊。
-  鼓励您的家人养成良好的饮食习惯，以健康选项代替含糖饮料和食物。
-  如果您的家人戴有假牙，则需要帮助或提醒他们每天早晚摘取并清洁假牙。

如果您的家人可以自行刷牙和使用牙线：

- 与他们谈论关于保持口腔健康的重要性。
- 检查并确保他们的牙刷易于使用，且刷毛无磨损。确保他们每三个月更换一次牙刷。
- 为您的家人预约牙科，并陪同他们前去就诊。

作为 Medi-Cal 会员，您可以享受以下服务：

服务	婴儿	儿童	青少年	成人
检查*	✓	✓	✓	✓
X 射线	✓	✓	✓	✓
洗牙	✓	✓	✓	✓
含氟涂料	✓	✓	✓	✓
补牙	✓	✓	✓	✓
拔牙	✓	✓	✓	✓
紧急服务	✓	✓	✓	✓
镇静	✓	✓	✓	✓
白齿窝沟封闭**		✓	✓	
根管治疗		✓	✓	✓
牙齿矫正(牙套)***			✓	
冠修复****			✓	✓
局部和全口义齿			✓	✓
义齿重衬			✓	✓
洁治和根面平整			✓	✓

*为不满 21 岁的会员提供每六个月一次的免费或低价检查，为 21 岁及以上的会员提供每 12 个月一次的免费或低价检查。

**白齿窝沟封闭适用于不超过 21 岁的青少年。

***适用于符合条件者。

****牙冠治疗 with footnote: 在某些情况下，磨牙或前磨牙(后牙)的牙冠可能被覆盖。

如果您的家人需要口腔护理帮助：

- 尝试使用“讲解-示范-执行”的技巧——在帮助您的家人刷牙和使用牙线清洁牙齿时，开始进行每步操作之前先为他们讲解（告知）。向您的家人示范如何刷牙和使用牙线清洁牙齿。按照您的讲解准确进行每步操作，以避免引起疑惑。
- 找到您和您的家人都感到舒适的刷牙及使用牙线的最佳地点和时间。
- 为您的家人预约牙科，并陪同他们前去就诊。