וואס איר זאלט וויסן וועגן:

ציין פארפוילונג, פארמיידונג, און אייך

פארשטיין ציין פארפוילונג

האט איר געוואוסט...?

- ציין פארפוילונג פאסירט צוליב פלאק (plaque). פלאק איז א וויכע, קלעבעדיגע שיכט פון באצילן וואס קען זיך אויפבויען אויף ציין.
- באצילן אין אייער מויל לעבן אויף צוקער און געבן ארויס אסיד. דער אסיד מאכט די דרויסנדע שיכט פון די ציין צוגיין. דאס פאראורזאכט ציין פארפוילונג.
- ציין פארפוילונג קען פאראורזאכן נישט-גוט-שמעקעדיגע אטעם, ווייטאג, אנצינדונג, און ציין פארלוסט.
- ציין פארפוילונג איז די מערסטע באקאנטע קראנקהייט אין אמעריקע וואס מען קען פארמיידן.

פארמיידן ציין פארפוילונג

וואס קענט איר טון?

נעמט אראפ פלאק! פוצט די ציין צוויי מאל א טאג מיט א פלאורייד ציין פוץ.

ריינצגט אדער פלאס'ט צווישן אייער ציין יעדן טאג.

באזוכט אייער ציין דאקטער רעגלמעסיג פאר מעסיגע אונטערזוכונגען, עקס-רעיס (x-rays), און רייניגונגען.

רעדט אדורך מיט אייער ציין דאקטער:

- צוגעקומענע פלאורייד צו שטארקן אייער ציין.
- ציין פארזיגלער צו באשיצן אייער ציין פון פארפוילונג.

זייט אייער אייגענער געזונטהייט אדוואקאט!

- **אייערע Medicaid בענעפיטן נעמען אריין ציין דאקטער דעקונג.**
- **נוצט אייערע ציין דאקטער בענעפיטן אייך צו העלפן האבן א געזונטע מויל.**

די Medicaid בענעפיטן קענען אייך העלפן פארמיידן ציין פארפוילונג:

- מעסיגע **אונטערזוכונגען, עקס-רעיס (x-rays)**, און **רייניגונגען**
- צוגעקומענע פלאורייד, אריינגערעכנט:
  - א **פרעסקריפשען פאר פלאורייד** אויב איר וואוינט אין א קאמיוניטי וואס האט נישט פלאורייד
  - **פלאורייד שמירעכץ** (ארויפגעלייגט אויף ציין זיי צו באשיצן פון פארפוילונג)
  - **פלאורייד דזשעל אדער פאום** (געלייגט אין א טאץ וואס מען לייגט אין די מויל פאר עטליכע מינוט)
  - זילבער דייעמין פלאורייד (ארויפגעלייגט אויף ציין צו אפשטעלן ציין פארפוילונג)
- **ציין פארזיגלער** (א שיכט געשמירט אויף די הונטערשטע ציין וואו פארפוילונג הויבט זיך אפטמאל אן).

אויב איר האט פראגעס וועגן נוצן אייערע בענעפיטן, רופט דער טעלעפאן נומער וואס שטייט אויף אייער Medicaid קארטל.

14816 (Yiddish)