

# Várut ja geala vuosttaš báni rájes

Mánáid bátne dearvvašvuohta lea váhnemiid ovdasvástáduš. Buorre bátne dearvvašvuohta ii boađe iešalddis. Vuosttaš bátni čalmmusta ođđa beali máná ovdáneames, ja dalle lea dehálaš ása hit buriid dábiid borrama ja bániid geallama oktavuodas.

## Bátni ihttá

Leat dat smávva ovdabániit ollolis mat dá bálepmosit ihtet vuosttamuzžan. Dát dáhpáhuvvá dá bálepmosit go máná lea 6-8 mánu, muhto dat sáhttet maiddá ihttít árat dahje mañelat. Dasto ihtet ovdabániit bajit ollolis, ja de ovda máttabániit, čalbme bániit ja de loahpas máttabániit mañabealde. Eanaš mánát leat ožžon buot čižžebániid, 10 badjin ja 10 vuollin, go leat sullii 2 1/2-3 jagi.

## Bávččagago go bániit ihtet?

Lea dá bálaš ahte mánáin sakñidit bátnealñat go bániit ihtet, ja áiggošit coggat buotlagan dávviriid njálbmái. Atte mánáidat gáskinstohkosa mii lea garra plastihkas dahje gummes ráhkaduvvon, das eai galgga leat čohka čieगत. Muhtin mánát mášohuddagohtet, leat čierrásat ja sáhttet liegganit go bániit leat ihtimin, muhto ii leat goassige alla feber mii bistá guhká.

## Doah u vai suorpmá?

Njammat suorpmá dahje doah u addá mánázi buori jeđdehusa. Dáhpi njammat dagaha ahte bániit ja gáskkástat sáhttá šaddat botnjut, muhto dá bálaččat de njulget bániit ieš alddis jus máná heaitá njammamis ovdal go lea sullii 4-jagi.

## Njamahit ihkku?

Čižžemiellkkis lea sohkar mii sáhttá šaddat suvrin. Go máná lea deavdán jagi, de berre ráddjet



Vuosttaš báni sáhttá "ávvuđit" unna litna bátnekusttain. Berre hárjehit bániid geallat stoahkamiin.

njamaheami ihkku nu ahte ii njamat dávjjit go guktii, bátne dearvvašvuođa dihte. Dasa lassín galget bániit gellojuvvot iđit eahket.

## Ráigi bániin

Sohkar lea sivalaš dasa go bániit ráigánit. Go máná borra dahje juhká juoga mas lea sohkar, de ráhkadit



## Ofelaš buori bátne dearvvašvuhtii

- ♥ Dearvvašlaš borramuš mearre áiggiide - buorre rupmašii ja bániide
- ♥ Čáhci juhkamuššan go lea goiku borramiid gaskka - ja ihkku
- ♥ Bániid geallan ja fluor - iđdedis ja eahkedis



bakteriijat njálmnis suvrii mii sáhtta dipmadit bátnegara ja áiggi mielde dagahit ráiggi. Ii leat man ollu sohkkara mánná borra mii váikkuha eanemusat, muhto man dávjá mánná borra dahje juhká juoga mas lea sohkar. Čolga nøytralisere suvrii juohke borrama maŋŋá. Danne lea dehálaš ahte ii bora dahje juga maidege mas lea sohkar borramiid gaskka, erenoamážit ihkku go dalle ráhkaduvvo unnán čolga njálmnis.

### Fluor unnivuoda rájes

Daði mielde go mánná hárrjána bátnekuštai, berrejit bánit gellojuvvot guktii beaivái fluorbátnegeallasiin. Álggus galgá leat nu unnán bátnevuiddas bátnekuštta ahte ii báljo oidno ge. Go mánná lea sullii jagi de galgá leat lasihuvvon nu ahte lea seamma ollu bátnevuiddas go mánás lea čelččengazza, ja go mánná lea sullii 6 jagi de galgá leat eartasturrosaš bátnegealdasielku bátnekuštta. Jus it ane fluorbátnegeallasa dahje mánná dárbbasa eanet fluora, de sáhtta addit sutnje fluortableahtaid. Jeara ráđi dearvvašvuodastašuvnnas, bátnedivššohagas dahje apotehkas.

### Lávvardatnjálgát dušše lávvardagaid

Njálgát ja lávvardatnjálgát gullet dušše lávvardagaide. Jus hál dat addit mánáide juoga mainna sáhttet herskostallat, sáhtát addit ebelfatnasa, rušppi dahje juoga nu sullasačča. Borrandábit mat leat buorin dearvvašvuhtii, leat maiddá buoremusat sealluhan dihte bátne dearvvašvuoda.

### Sohkarkeahtes dálkasat

Jeara doaktáris dahje apotehkas sohkarkeahtes dálkasiid jus mánná dárbbasa dálkasiid.

### Jus lihkohisvuolta deaivida

Go gahčča dahje nordada njálmni de sáhtta bilidit ovttá dahje mánga báni. Válde oktavuoda lagamus bátne divššohagain.



Dearvvašlaš borramuš mearre borramiidda...



Bániid geallan ja fluor... iddedis ja eahkedis

## Bátne dearvvašvuodaláhka

Almmolaš bátne dearvvašvuoda bálvalusas lea ovddasvástádus addit fáldalaga mánáide ja nuoraide riegeadeami rájes gitta devdet 18 jagi.

Mánát gohččojuvvojit bátne dearvvašvuoda iskosii go sii leat sullii 3 jagi. Jus dearvvašvuoda divššár fuomáša ahte mánná dárbbasa iskkadeami ovdal dá bálalaš gohččuma, de son sáhtta sihtat máná gohččojuvvot iskkadeapmái árat. Válde oktavuoda lagamuš almmolaš bátne divššohagain oazžun dihte eanet dieđuid.