



أَحَافِظُ عَلَى صِحَّةِ أَسْنَانِي



أَسْرَعْتُ مُنَى إِلَى أَبِيهَا بَعْدَ عَوْدَتِهِ
مِنَ الْعَمَلِ وَقَالَتْ : لَقَدْ شَعَرْتُ الْيَوْمَ بِأَلَمٍ
شَدِيدٍ فِي أَسْنَانِي ، وَلَمْ أَسْتَطِعِ الذَّهَابَ إِلَى
الْمَدْرَسَةِ ، فَأَخَذْتَنِي أُمِّي إِلَى طَبِيبِ الْأَسْنَانِ .

الْأَبُ : وَمَاذَا قَالَ لِكَ الطَّبِيبِ ؟

مُنَى : قَالَ لِي ، عَلَيْكَ بِتَنْظِيفِ أَسْنَانِكَ بَعْدَ

كُلِّ وَجْبَةٍ بِالْمَعْجُونِ وَالْفُرْشَاةِ ، لِلْوَقَايَةِ مِنَ التَّسْوُسِ ، وَمِنَ أَمْرَاضِ اللُّثَّةِ . وَلَا تُكْثِرِي مِنَ
الْحَلْوَى وَالسُّكَّرِيَّاتِ . وَمِنَ أَجْلِ أَسْنَانٍ سَلِيمَةٍ وَقَوِيَّةٍ ، يَجِبُ عَلَيْكَ أَنْ تَتَنَاوَلِي الْغِذَاءَ
الْمُتَوَازِنَ ، وَالَّذِي يَحْتَوِي عَلَى جَمِيعِ الْعُنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ ، كَالْحَلِيبِ وَالْفَوَاكِهِ وَالْحُبُوبِ .

مَعَانِي الْمَفْرَدَاتِ

* **الْوَقَايَةُ** : التَّلْقِيحُ وَقَايَةُ مِنَ

الْأَمْرَاضِ .

* **التَّسْوُسُ** : إِسْوَدَاتِ الْأَسْنَانِ مِنَ

التَّسْوُسِ .

أَفْهَمُ النَّصِّ



♦ لِمَاذَا تَغَيَّبَتْ مُنَى عَنِ الْمَدْرَسَةِ ؟

♦ بِمَاذَا نَصَحَهَا الطَّبِيبُ ؟

♦ بِمَاذَا تَنْصَحُ زَمِيلَكَ لِلْمُحَافَظَةِ عَلَى صِحَّةِ

أَسْنَانِهِ ؟