

- خوردن یک رژیم غذایی مغذی، شامل مقدار زیادی میوه و سبزیجات، به سالم ماندن دندان‌ها و لثه‌ها (بیره) کمک می‌کند.
- اگر دندان مصنوعی دارید، بیرون آوردن و تمیز کردن روزانه آن‌ها به حفظ سلامت لثه‌ها کمک می‌کند.
- تمام محصولات دخانی خطر پوسیدگی دندان و حتی سرطان دهان را افزایش می‌دهند. (اگر می‌خواهید ترک کنید، به این سایت مراجعه کنید:



- دو بار در روز مسواک زدن با خمیر دندان فلوراید و یک بار در روز استفاده از نخ دندان
- تعویض مسواک (برس دندان) هر ۳ ماه یا زودتر اگر موهای آن فرسوده به نظر برسد، به تمیز کردن مؤثر کمک می‌کند.
- خوردن غذاهای چسبناک یا شیرین، به‌ویژه بین وعده‌های غذایی، باعث پوسیدگی دندان می‌شود.
- نوشیدن نوشیدنی‌های شیرین و اسیدی نیز باعث پوسیدگی دندان‌ها می‌گردد.
- به کودکان کمک کنید تا مسواک بزنند و از نخ دندان استفاده کنند تا زمانی که خودشان بتوانند این کار را انجام دهند.
- استفاده مشترک از مسواک به معنای به اشتراک گذاشتن باکتری‌ها است.

یک روال خوب حفاظت دهان را تمرین کنید

- مراقبت از سلامت دهان شما برای محافظت از دهان و بدن‌تان بسیار مهم است. توصیه می‌شود که همه افراد اولین معاینه دندانپزشکی خود را تا سن ۱ سالگی انجام دهند.
- نوشیدن آب زیاد شما را کمک می‌کند تا شکر از دندان‌های شما پاک‌گردد. خشکی دهان می‌تواند باعث زخم‌ها و پوسیدگی شود

به دنبال راهی برای دریافت بیمه درمانی دندان؟
از اینجا شروع کنید:

آیا شما Medicaid (or CHP+*) دارید؟



درخواست برای Medicaid (Health First Colorado) or CHP+ (Child Health Plan Plus) at <https://www.healthfirstcolorado.com/apply-now/> یا تماس بگیرید 800-221-3943

تا ببینیم واجد شرایط هستی یا نه

DentaQuest
برای پیدا کردن یک متخصص بهداشت که قبول Medicaid or CHP+ رفتن به وب سایت <https://dentaquest.com/state-plans/regions/colorado/>

CONNECT for HEALTH COLORADO
برای یک پلان بیمه پرداخت خودی از نومبر تا جنوری
<https://connectforhealthco.com/>

من هنوز هم به خدمات دندانپزشکی کم هزینه نیاز دارم

لیست را در طرف دیگر ببینید

Clinics							
نام کلینیک	آدرس	شماره تماس	وبسایت	اطفال	بزرگسالان	شرایط/برنامه‌ها	اطلاعات پرداخت/بیمه
Inner City Health	Denver, Wheat Ridge	303-296-4873	www.innercityhealth.org	x	x	نیاید بیمار قبلی باشید؛ بیمار ان جدید پذیرفته میشود	Delta طرح) مدیکر ،CHP+،مدیکید هزینه متغیر بر اساس درآمد(Dental PPO) برای افرادی که بیمه ندارند
Salud Family Health Center	Brighton, Commerce City	303-697-2583	www.saludclinic.org/dental	x	x	نیاید بیمار قبلی باشید؛ بیمار ان جدید پذیرفته میشود	مدیکر، برنامه دندانپزشکی ،CHP+،مدیکید هزینه سالمندان ایالت کلرادو، دلتای دنتال متغیر بر اساس درآمد برای افرادی که بیمه ندارند
Tepeyac Community Health Center	Denver - dental inside	303-458-5302	www.tepeyachealth.org	x	x	نیاید بیمار قبلی باشید؛ بیمار ان جدید پذیرفته میشود	هزینه متغیر بر مدیکر ،CHP+،مدیکید .اساس درآمد برای افرادی که بیمه ندارند
Worthmore Clinic	Denver	720-460-0995	projectworthmore.org/programs/worthmore	x	x	نیاید بیمار قبلی باشید؛ بیمار ان جدید پذیرفته میشود	مدیکر ،CHP+،مدیکید
STRIDE	Throughout metro Denver	303-360-6276	www.stridechc.org	x	x	بیمار قبلی با پزشک مراقبت های اولیه یا: خانم های حامله، بیمار های دیابت (قند خون) ؛ یا کودک زیر ۱۸ سال کهHIV/AIDS، نیاز به مراقبت اضطراری دارد	بررسی مالی برای مدیکر ،CHP+،مدیکید افرادی که بیمه ندارند
Denver Health	6 locations throughout Denver	303-436-4949	www.denverhealth.org/services/dental	x	x	بزرگسالان (۱۸ سال و بالاتر) - باید بیمار باشند تا مورد معاینه قرار گیرند. - افراد زیر سن (۱۷ سال یا کمتر) - می‌توانند مورد معاینه قرار گیرند به شرطی که در دور زندگی کنند	CICP،مدیکر ،CHP+،مدیکید

Other Resources							
CU School of Dental Medicine	13065 E. 17th Avenue, 1st Floor, Aurora	303-724-6900	dental.cuanschutz.edu	12-18	x	نیاید بیمار قبلی باشند، اما باید ارزیابی صورت گیرد تا از خیلی پیچیده نبودن مسائل اطمینان حاصل گردد	مدیکر، طرح مدیکر دلتای ،CHP+،مدیکید دنتال، بیمه خصوصی، پرداخت خصوصی؛ کهنه‌سربازان و سالمندان ممکن است واجد شرایط برنامه‌های تأمین مالی باشند
Dental Lifeline Network Program	Throughout metro Denver	303-534-5360	dentallifeline.org		65+	بزرگسالان ۶۵ سال و بالاتر، یا معیوبین دانمی یا افراد که نیاز به مراقبت های ضروری دندان دارند	باید ابتدا از بیمه دندانپزشکی استفاده شود و کپی پوشش دندانپزشکی و/یا نامه رد درخواست را همراه با درخواست ارائه دهید
Colorado Gerontological Society Dental Grant	Providers are throughout metro Denver	303-333-3482	www.senioranswers.org/programs/dental		60+	مراقبت دندان برای سالمندان با درآمد کم؛ پذیرش درخواست‌های جدید؛ متقاضیان دارای نیازمندی های اجتماعی و اقتصادی ارزیابی می‌شوند	افرادی که تحت پوشش مدیکید یا بیمه خصوصی هستند، واجد شرایط نیستند؛ باید شرایط درآمدی را برآورده کنند

Dental Offices with Payment Plans			
Comfort Dental	Throughout metro Denver	303-232-2300	comfortdental.com
OneSmile Dental Plan	Throughout metro Denver	833-417-6453	1smiledentalplan.com
RISAS	Throughout metro Denver	844-651-5280	risasdental.com
Bright Now Dental	Throughout metro Denver	844-400-7645	www.brightnow.com
Rodeo Dental	Aurora, Denver, Arvada, Thornton, Colorado Springs	888-453-4129	https://www.rodeodental.com/
Martinez Mobile Dental	Mobile; travels to you	303-945-5231	http://martinezmobiledental.com/



برای کسب اطلاعات بیشتر و منابع برای بهداشت دندان، بازدید

aurorahealthalliance.org/aurora-smiles-2

بالا را QR یا کد اسکن کنید.



PROJECT WORTHMORE

AURORA HEALTH ALLIANCE
AuroraHealthAlliance.org