



## 佩戴口罩，保持 口腔健康：

- ✓ 每天刷两次牙  
使用含氟牙膏
- ✓ 每天使用牙线
- ✓ 选择健康的食物和饮料
- ✓ 定期看牙医

## 没有牙医？

- 致电**2-1-1**，在洛杉矶县寻找一名免费或收费便宜的牙医
- 致电洛杉矶县社会服务局（电话为**1-866-613-3777**）。询问你是否符合Medi-Cal（加州医保）的资格
- 请访问Medi-Cal Dental（牙科计划），网址为：[smilecalifornia.org](http://smilecalifornia.org)，或致电**1-800-322-6384**寻找一位在你附近的牙医
- 欲了解更多信息，请访问 [ph.lacounty.gov/ohp](http://ph.lacounty.gov/ohp)