



佩戴口罩，保持 口腔健康：

- ✓ 每天刷兩次牙
使用含氟牙膏
- ✓ 每天使用牙線
- ✓ 選擇健康的食物和飲料
- ✓ 定期看牙醫

沒有牙醫？

- 致電**2-1-1**，在洛杉磯縣尋找一名免費或收費便宜的牙醫
- 致電洛杉磯縣社會服務局（電話為**1-866-613-3777**）。詢問你是否符合Medi-Cal（加州醫保）的資格
- 請訪問Medi-Cal Dental（牙科計畫），網址為：smilecalifornia.org，或致電**1-800-322-6384**尋找一位在你附近的牙醫
- 欲瞭解更多資訊，請訪問 ph.lacounty.gov/ohp