

**КАК ПРАВИЛЬНО
УХАЖИВАТЬ ЗА
ЗУБАМИ**

Всего у человека 32 зуба

каждый из которых может
«заболеть», если за ним
неправильно ухаживать.

Очень важно научиться
самим и научить
детей правильному уходу за
зубами и ротовой
ПОЛОСТЬЮ.

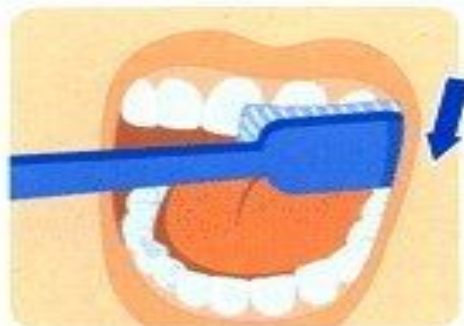
Зубы – это костные
пластинки, служащие
для удерживания и
разжевывания пищи.

Уход за зубами



1. *Зубной нитью (флосс).*
2. *Полосканием с применением зубного эликсира.*
3. *Зубной щеткой.*

Чистим зубы правильно.



1. Наружные поверхности зубов



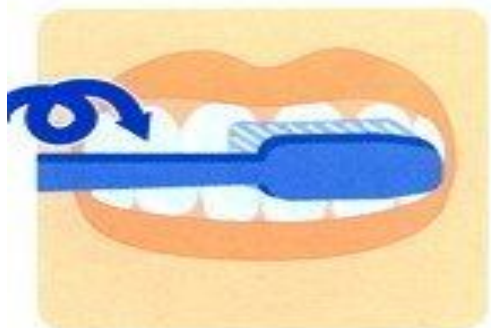
2. Внутренние поверхности зубов



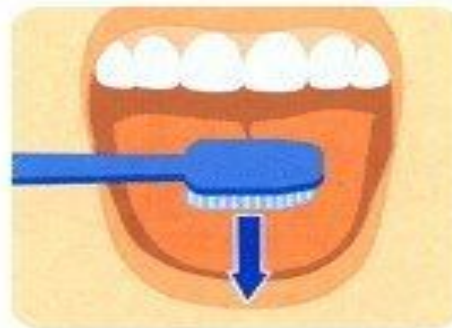
3. Внутренние поверхности передних зубов



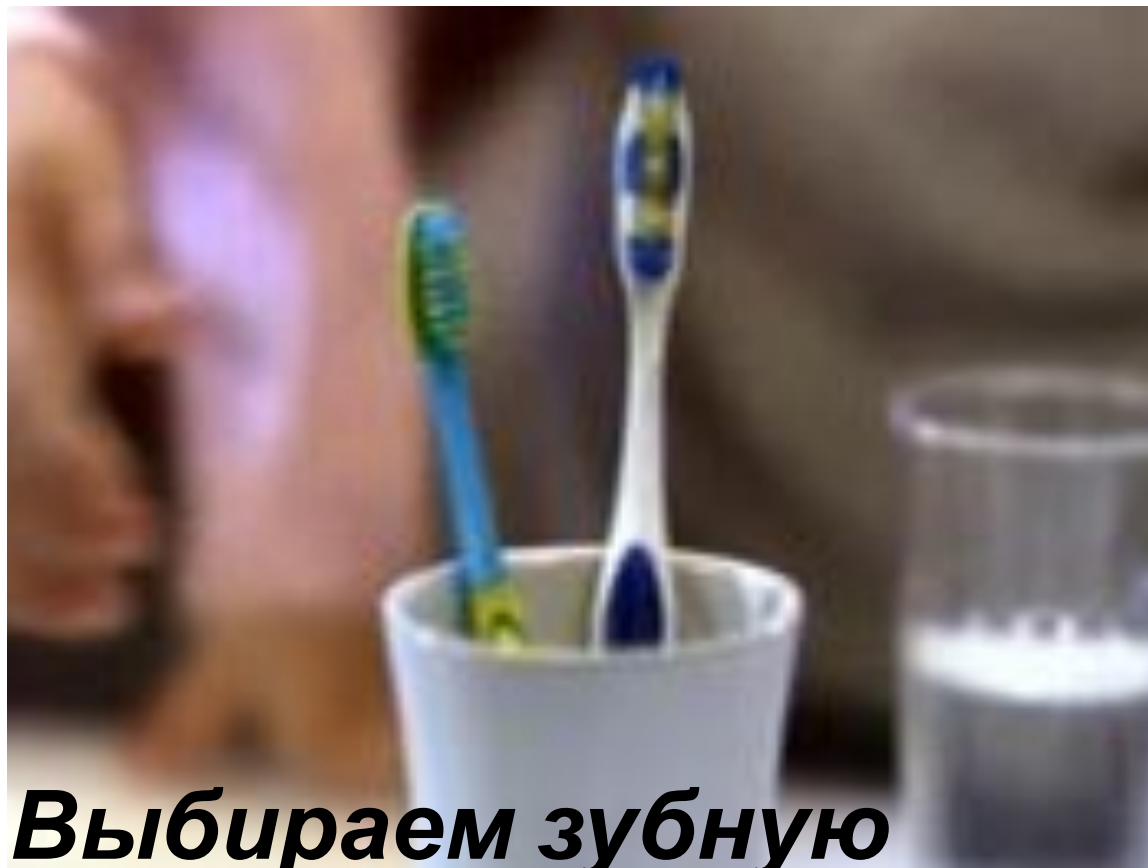
4. Жевательная поверхность зубов



5. Массаж десен



6. Чистка языка



Выбираем зубную щетку

Подбор щетки – это сугубо индивидуальный процесс.

**Соблюдайте
правила гигиены.**