

Здоровые зубы-твоя ответственность



1

Чисти зубы 2 раза в день



В полости рта живут микроорганизмы, которые способствуют образованию зубного налета

2

Ежедневно используй
зубную ленту

Она помогает удалить налет с трудно доступных мест

Используй
ополаскиватель для
рта



3

Посещай стоматолога
2 раза в год

4

Врач проверяет состояние зубов и десен, чтобы предотвратить заболевание



Ограничьте
количество
перекусов

Употребление сладких продуктов, так как они способствуют развитию бактерий

6

5

Ежедневно
употребляй овощи
и фрукты



7

Здоровые зубы
- красивая улыбка

