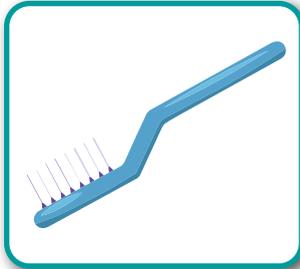


保持牙齿健康的重要秘诀

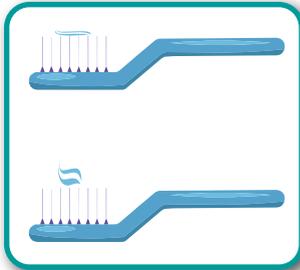
Top Tips for Healthy Teeth – Mandarin



干刷 – 无需水



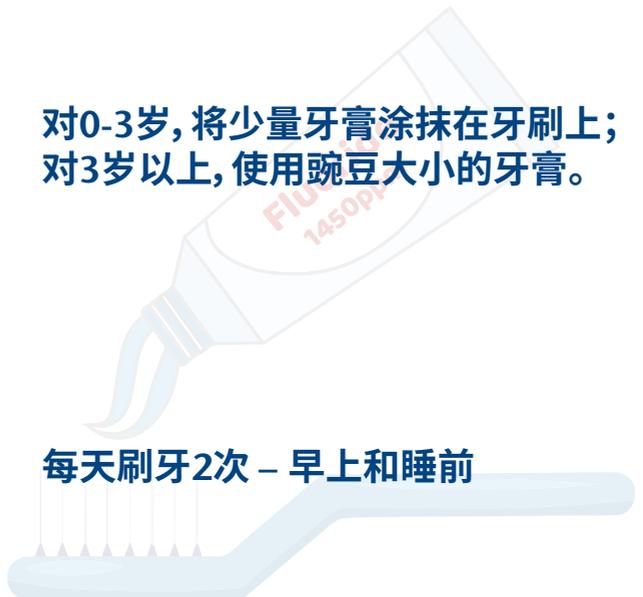
全家使用1450ppm的含氟牙膏



对0-3岁, 将少量牙膏涂抹在牙刷上;
对3岁以上, 使用豌豆大小的牙膏。



每天刷牙2次 – 早上和睡前





刷牙2分钟



请记住要定期更换牙刷



在您当地的牙医注册并定期
访问 – 国民保健服务(NHS)
的检查是免费的!

如果按照这些提示, 将帮助您和您的
孩子防止蛀牙!