

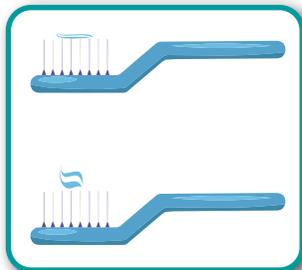
Полезные советы о том, как сохранить зубы здоровыми



Чистите сухой щеткой – вода не нужна



Пользуйтесь зубной пастой с 1450 ч./млн фтора



Для детей младше 3 лет количество с рисинку, старше 3 лет – с горошину

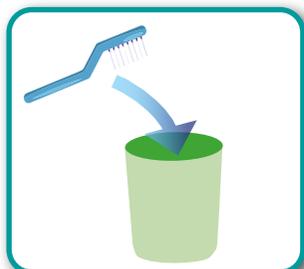


Чистите два раза в день – утром и перед сном





Чистите в течение 2 минут



Регулярно меняйте зубную щетку



Зарегистрируйтесь у местного стоматолога и регулярно его посещайте – осмотр от NHS бесплатный!

Следуйте этим советам, и вам с детьми не будет угрожать кариес!