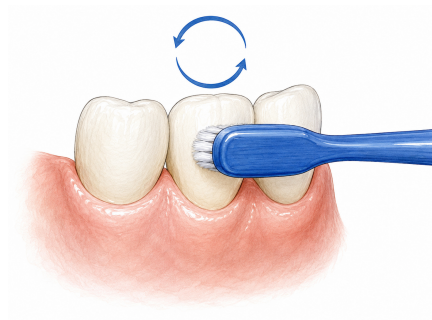




Valomės dantukus kartu

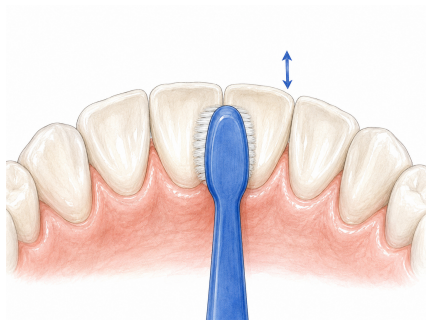
Ryte ir vakare · apie 2 minutes

Paskutinį kartą - prieš miegą.



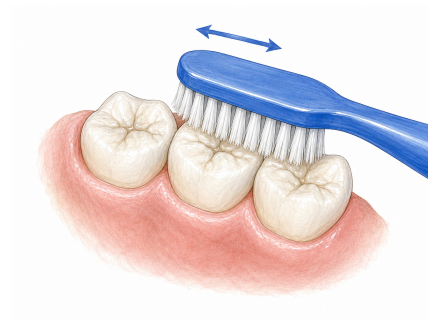
1. Išorė

Mažais švelniais ratukais valome paviršius prie skruostų ir lūpų.



2. Vidus

Pasiekiamo liežuvio ir gomurio pusę. Priekinių dantukų vidų valome vertikaliai.



3. Kramtymo pusė

Trumpais judesiais pirmyn ir atgal valome krūminių dantukų vageles.

Apeiname visus dantukus - ir pačius galinius!

Minkštas šepetėlis · pasta su fluoridu · švelniai, nespaudžiant

Mokomės išspjauti pastos likutį. Vandeniui neskalojame, kad fluoridas ilgiau saugotų dantukus.

Tėvams

Iki 7-8 metų dantis išvalo suaugusysis. Vėliau padėkite pagal vaiko gebėjimus.



Iki 3 metų - ryžio grūdėlio dydžio patepimas



3-6 metų - žirnio dydžio kiekis

Fluorido koncentraciją parinkite pagal amžių ir odontologo rekomendaciją.

Kai dantys liečiasi, tarpdančius kasdien išvalo suaugusysis.

Po saldaus ar rūgštaus maisto

Praskalaukite burną vandeniu. Po citrusų ar kito rūgštaus maisto iki valymo šepetėliu palaukite apie 1 val.

