

KOMPLEKSOWA OCHRONA JAMY USTNEJ

Czy wiesz, że stosowanie samej pasty do zębów daje tylko 26% skuteczności w ochronie przed próchnicą*? Aby w pełni zadbać o zdrowie jamy ustnej konieczne jest:

-stosowanie pasty z fluorem co najmniej 2 razy dziennie przez 2 minuty

-stosowanie płynu do płukania jamy ustnej

-stosowanie nici dentystycznej co najmniej 1 raz dziennie, najlepiej przed szczotkowaniem

Wiele osób uważa, że pasta do zębów i szczoteczka wystarczą do zdrowego uśmiechu. Ale jak pokazują badania - to niestety nie wystarczy. Możesz zrobić więcej oraz zadbać lepiej! Dodaj płukankę i nitkę do swojej codziennej rutyny dentystycznej. Dlaczego?

- pasta do zębów dostarcza fluor do remineralizacji szkliwa

- szczoteczka do zębów pomaga mechanicznie usunąć płytkę nazębną i usunąć resztki jedzenia

- płyn do płukania ust wypłukuje resztki jedzenia, zapewnia dodatkową ilość fluoru oraz świeży oddech

- nić dentystyczna dotrze do miejsc, do których szczoteczka nie może dosięgnąć, głównie do przestrzeni międzyzębowych, gdzie gromadzi się nadmiar płytki nazębnej.

#staysafe #wspieramprofilaktykę

*Cochrane Database of Systematic Reviews 2013