

Nitkowanie

Nie ma mowy o kompleksowej higienie jamy ustnej bez nitkowania.

Resztki jedzenia pozostają w przestrzeniach międzyzębowych i nie da się ich usunąć samą szczoteczką. W takich niedoczyszczonych miejscach formuje się płytka nazębna, która jest powodem wielu problemów- np. próchnicy, czy zapalenia dziąseł. Jeśli zależy Ci na pełnej ochronie zdrowia jamy ustnej- koniecznie używaj nitki.

Idealna nić dentystyczna musi łatwo wejść między zęby - dobierz średnicę nitki do przestrzeni międzyzębowych. Ważna jest również prawidłowa technika . Aby zobaczyć, jak ona wygląda kliknij w link: <https://bit.ly/nitkowanie>

#bądź bezpieczny #wspieramprofilaktyke