

Colgate

ОСЛЕПИТЕЛЬНАЯ
УЛЫБКА
НА ВСЮ ЖИЗНЬ



СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ
АССОЦИАЦИЯ РОССИИ

СТАНЬ НАСТОЯЩИМ

ЗУБНЫМ ЗАЩИТНИКОМ!

Как правильно чистить зубы

ЗУБНЫЕ
ЗАЩИТНИКИ

3. ЖЕВАТЕЛЬНЫЕ ПОВЕРХНОСТИ

Очисти жевательную поверхность
каждого зуба, используя движения
вперед-назад



2. ИЗНУТРИ

Очисти внутреннюю поверхность
каждого зуба, используя
выметающие движения от линии
десны к краю зуба



4. ВНУТРЕННИЕ ПОВЕРХНОСТИ ПЕРЕДНИХ ЗУБОВ

Выметающими движениями почисти
верхние и нижние передние зубы
изнутри, используя кончик
зубной щетки



1. СНАРУЖИ

Чисти каждый зуб выметающими
движениями от линии десны
к краю зуба



5. ЯЗЫК

Не забудь почистить язык



Как сохранить ослепительную улыбку



Чисти зубы зубной
пастой с фторидом
2 раза в день:
после завтрака
и перед сном



Используй зубную
ленту каждый день



После каждой чистки
зубов используй
ополаскиватель для
полости рта
с фторидом



Не перекусывай
сладким и чипсами
слишком часто



Регулярно посещай
стоматолога
2 раза в год