

PROFILAXIA CARIILOR

ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ

FRUCTE PERIAJ CORECT
ZÂMBET FRUMOS DINȚI PUTERNICI
LEGUME RESPIRAȚIE PROASPĂTĂ
PASTĂ DE DINȚI FLUOR
TREI MINUTE DE PERIAJ
MEDIC DENTIST
AȚĂ DENTARĂ
ORGANISM SĂNĂTOS
APĂ DE GURĂ
STARE DE BINE
DETARTRAJ
GINGII SĂNĂTOASE
IGIENĂ ORALĂ
DINȚI ALBI
CONTROL PERIODIC



Ministerul
Sănătății



Centrul Regional de
Sănătate Publică Iași



Institutul Național de
Sănătate Publică



Centrul Național de
Evaluare și
Promovare a Stării
de Sănătate

Spune AAAAA!



Sănătatea orală este mai mult decât

un zâmbet frumos. Înseamnă sănătatea:



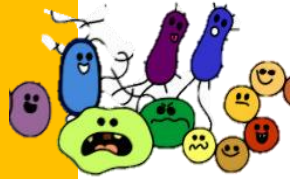
Gândește-te la sănătatea ta!





Dragi copii, dinții sănătoși nu sunt o întâmplare, ci rezultatul îngrijirii lor zilnice și corecte!!!

Cariile sunt produse de bacterii, de aceea igiena orală este esențială pentru îndepărtarea lor!

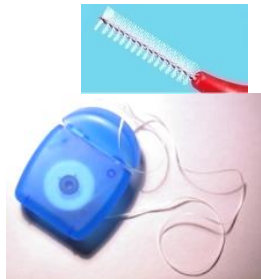


Periați-vă regulat dinții, de cel puțin 2 ori pe zi, dimineața după micul dejun și seara înainte de culcare, timp de 3 minute!



Folosiți apă de gură fără alcool (o dată pe zi, clătiți timp de 1 minut).
Curățați-vă limba, o dată pe zi!

Curățați-vă spațiul interdentar folosind ața sau periuța interdentară



Am grijă de
dinții

M.E.I. și respect ordinea corectă de periaj!



1. Suprafața de Mestecat



2. Suprafața Externă



3. Suprafața Internă

Nu treceți cu vederea problemele dentare sau gingivale!

Simptome precum inflamația sau sângerările gingivale nu trebuie neglijate deoarece, cu timpul, ele pot deveni mult mai grave.

Vizitați o dată la 6 luni medicul dentist, chiar și atunci când nu simțiți că aveți o problemă cu dinții!



Medicul dentist este prietenul danturii sănătoase!