

Nu uitați de Regula

2x2x2

Aveți grijă de
dinții voștri!



CU UN ZÂMBET MAI
APROAPE DE SĂNĂTATE



Știți
că...?



REGULA 2 x 2 x 2 ÎN STOMATOLOGIE

Spală-te pe dinți
de 2 ori pe zi.



Periază-te
minim 2 minute.

Mergi la medicul
stomatolog de
2 ori pe an.
Evitați alimentația
nesănătoasă.



Schimbă
periuța cel puțin
o dată la 3 luni.



Nu folosi periuța
altei persoane!



Discută cu medicul stomatolog despre:
ața dentară, periuțele interdentare,
apa de gură și dușul oral.

Consumați zilnic fructe și legume!

