

تعليمات تفريش الاسنان

هكذا ننصح بتفريش اسنانك



تفريش الاسنان في الصباح والليل مع معجون اسنان يحتوي على
1100-1450ppm الفلورايد وبكمية توازي حجم نصف اظفر اصبع الصغير



الكبير هو المسؤول عن تفريش اسنان الطفل لغاية بلوغه سن العاشرة الى اثنا عشر سواء كانت
فرشات الاسنان عادية او كهربائية المستخدمة
اقف وراء الطفل وفرش له
استعمل فرشات اسنان لها راس ناعم وصغير حتى يكون بالامكان تحريكها في كل الفم بسهولة



عليك تفريش الاسنان والثثة نصف نصف



فرش الاسنان باستعمال حركات دائرية صغيرة مع الضغط الخفيف وتحريك فرشاة الاسنان الى
الامام
عد الى العشرة عند كل سن



بدءاً من الخارج من الاضراس في الفك العلوي بعد ذلك داخل وتنتهي على سطح المضغ

تفريش الاسنان في الفك السفلي بنفس الطريقة



من الخارج



من الداخل على الجزء الخلفي من القواطع اضع فرشاة الاسنان عامودياً



سطح المضغ



دع الطفل يبيصق ما في فمه دون اللجوء للمضمضة حتى يكون لمعجون الفلورايد المفعول
الافضل