

ΠΩΣ ΘΑ ΕΧΩ ΠΑΝΤΑ ΓΕΡΑ ΔΟΝΤΙΑ;



ΠΟΣΕΣ ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΜΕΡΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΛΕΝΩ ΤΑ ΔΟΝΤΙΑ ΜΟΥ;

Μετά τα γεύματα πρωινό, μεσημεριανό, βραδινό.
Ποτέ δεν ξεχνάω το βράδυ πριν κοιμηθώ να τα πλύνω.



ΠΩΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ Η ΟΔΟΝΤΟΒΟΥΡΤΣΑ ΠΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩ;

Να είναι μαλακή (soft), η επιφάνειά της να είναι επίπεδη, δηλαδή όλες οι τρίχες να έχουν το ίδιο μήκος και με σχετικά μικρή κεφαλή.



ΠΟΣΗ ΩΡΑ ΠΕΡΙΠΟΥ ΧΡΕΙΑΖΟΜΑΙ ΓΙΑ ΤΟ ΠΛΥΣΙΜΟ;

Περίπου 3 λεπτά και να βουρτσίζω καλά όλες τις πλευρές όλων των δοντιών.



ΕΚΤΟΣ ΑΠΟ ΤΟ ΠΛΥΣΙΜΟ ΜΕ ΤΗΝ ΟΔΟΝΤΟΒΟΥΡΤΣΑ ΤΙ ΑΛΛΟ ΝΑ ΚΑΝΩ;

Κάθε βράδυ χρησιμοποιώ και οδοντικό νήμα ή ειδικά βουρτσάκια,
ώστε να καθαρίζω τις περιοχές ανάμεσα στα δόντια.



ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩ ΣΤΟΜΑΤΙΚΟ ΔΙΑΛΥΜΑ;

Όχι, εφόσον πλένω προσεκτικά τα δόντια μου.



ΚΑΘΕ ΠΟΤΕ ΝΑ ΠΗΓΑΙΝΩ ΣΤΟΝ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ;

Αν πηγαίνω για έλεγχο μια φορά το χρόνο, ποτέ δε θα έχω χαλασμένα δόντια.
Επίσης καλό είναι, μια φορά το χρόνο να κάνω και φθορίωση.



ΑΝ ΠΕΣΩ ΚΑΙ ΧΤΥΠΗΣΩ ΚΑΙ ΜΟΥ ΦΥΓΕΙ ΕΝΑ ΟΛΟΚΛΗΡΟ ΔΟΝΤΙ ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΩ;

Σίγουρα δεν θα τρομάξω. Αφού πρώτα το ξεπλύνω κάτω από μια βρύση, θα το βάλω σε ένα ποτήρι με γάλα. Όσο πιο γρήγορα τρέξω στον οδοντίατρο, τόσο το καλύτερο.
Ο οδοντίατρος με ειδικό τρόπο, θα το βάλει ξανά στη θέση του.

