

PROFILAXIA CARIILOR

ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ

FRUCTE

PERIAJ CORECT

ZÂMBET FRUMOS

DINȚI PUTERNICI

LEGUME

RESPIRAȚIE PROASPĂTĂ

PASTĂ DE DINȚI

PERIE DE DINȚI

FLUOR

TREI MINUTE DE PERIAJ

MEDIC DENTIST

AȚA DENTARĂ

DETARTRAJ

GINGII SĂNĂTOASE

IGIENĂ ORALĂ

DINȚI ALBI

CONTROL PERIODIC

ORGANISM SĂNĂTOS

APĂ DE GURĂ

STARE DE BINE



Ministerul
Sănătății



Centrul Regional de
Sănătate Publică Iași



Institutul Național de
Sănătate Publică



Centrul Național de
Evaluare și Promovare
a Stării de Sănătate

Fii inteligent! **PĂSTREAZĂ-ȚI
ZÂMBETUL SĂNĂTOS
ÎNTREAGA VIAȚĂ!**

Sănătatea orală este mai mult decât

un zâmbet frumos. Înseamnă sănătatea:

DINȚILOR

GINGIILOR

BUZELOR

LIMBII

GLANDELOR
SALIVARE

MUȘCHILOR
MASTICATORI

PALATULUI
DUR+MOALE

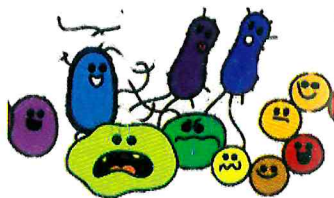
MAXILARULUI
ȘI MANDIBULEI



Tipărit din PN V.1 de:
DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ NEAMȚ
Compartimentul de Evaluare și Promovare a Sănătății

 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!

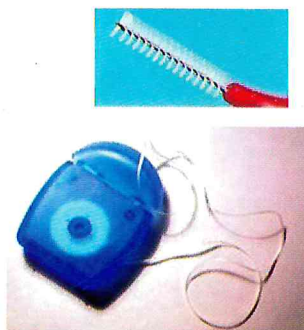


Periați-vă regulat dinții, de cel puțin 2 ori pe zi, dimineața după micul dejun și seara înainte de culcare, timp de 3 minute!



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!