



Здоровые зубы

Улыбка





Красивая улыбка не только привлекает внимание, помогает в общении, но и говорит о том, что у вас здоровые, крепкие зубы.

900igr.net





Строение зуба



Продукты вредные для зубов.













Чтобы не болели зубы и не воспалялись дёсны, нужно правильно питаться.















Правила, которые должен знать каждый.

- Полощи зубы теплой водой после каждого приема пищи;
- Чисти зубы утром после завтрака и перед сном;
- Обязательно 2 раза в год посещай зубного врача - стоматолога;
- Не ешь очень горячую и очень холодную пищу;
- Никогда не грызи твердые предметы.











Чтобы зубы были здоровы



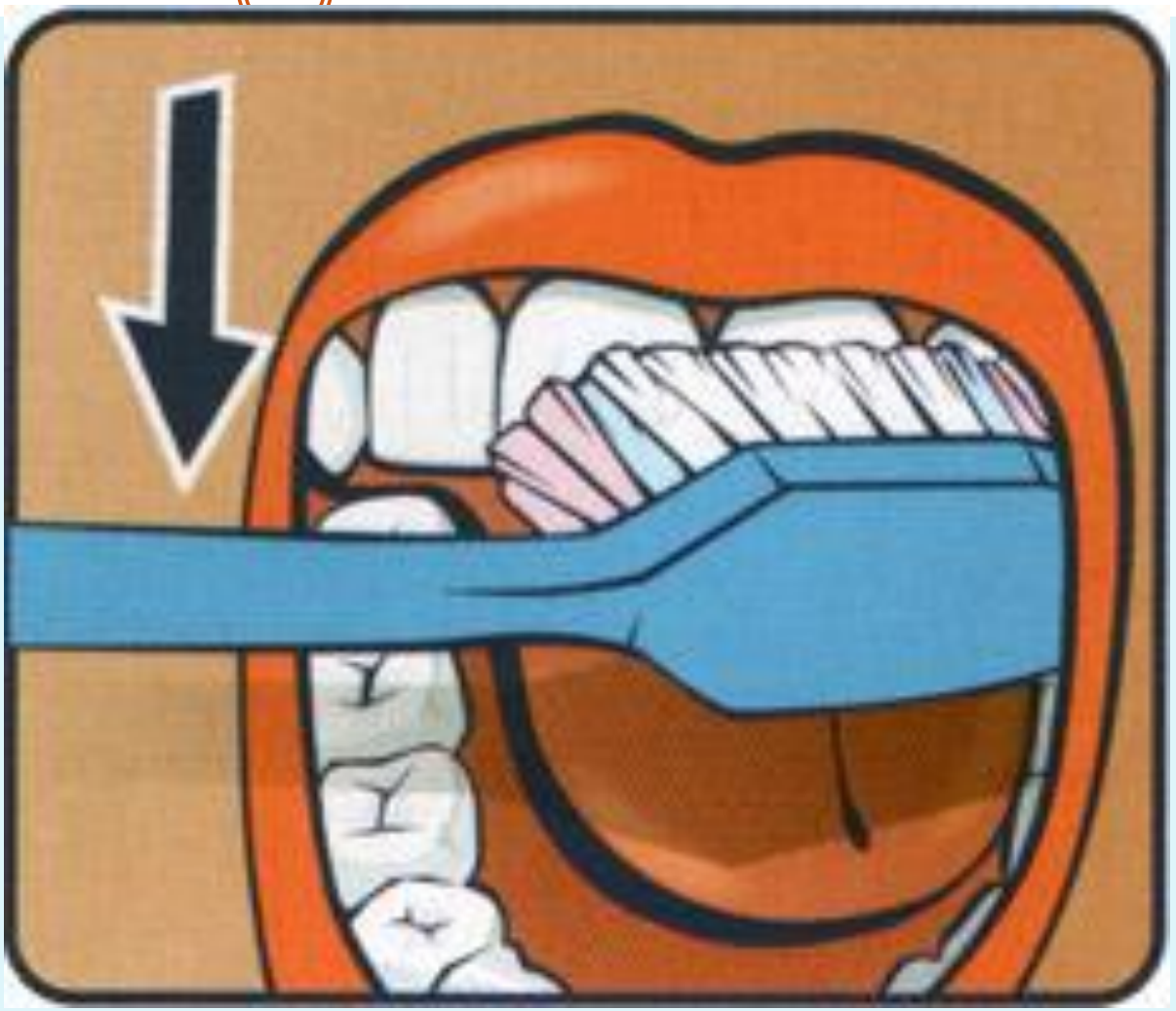
ГИГИЕНА



- Чисти зубы 2 раза в день
- Ешь здоровую пищу
- Меняй зубную щётку каждые 3 месяца
- Посещай стоматолога 2 раза в год
- Не грызи орехи, ручки, ногти и твёрдые предметы

№1

- Головку зубной щётки располагают под углом 45° к зубу и производят выметающие движения от десны

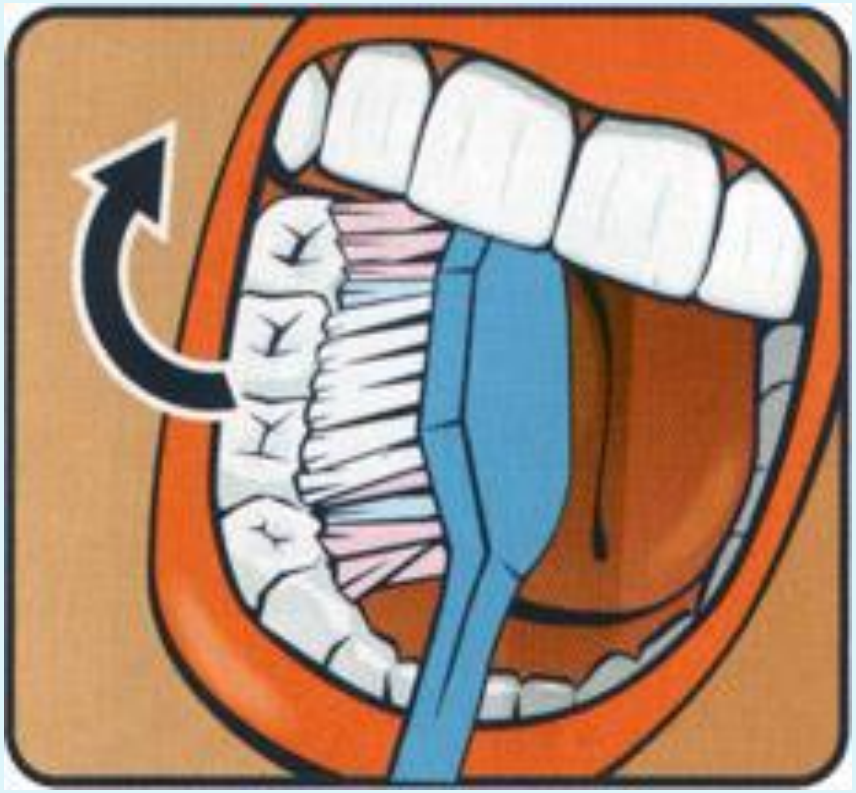


№2

Зубная щётка располагается вертикально. Направление движения – от десны к режущему краю зуба.



Производят короткие выметающие движения, располагая щётку под углом к зубу.

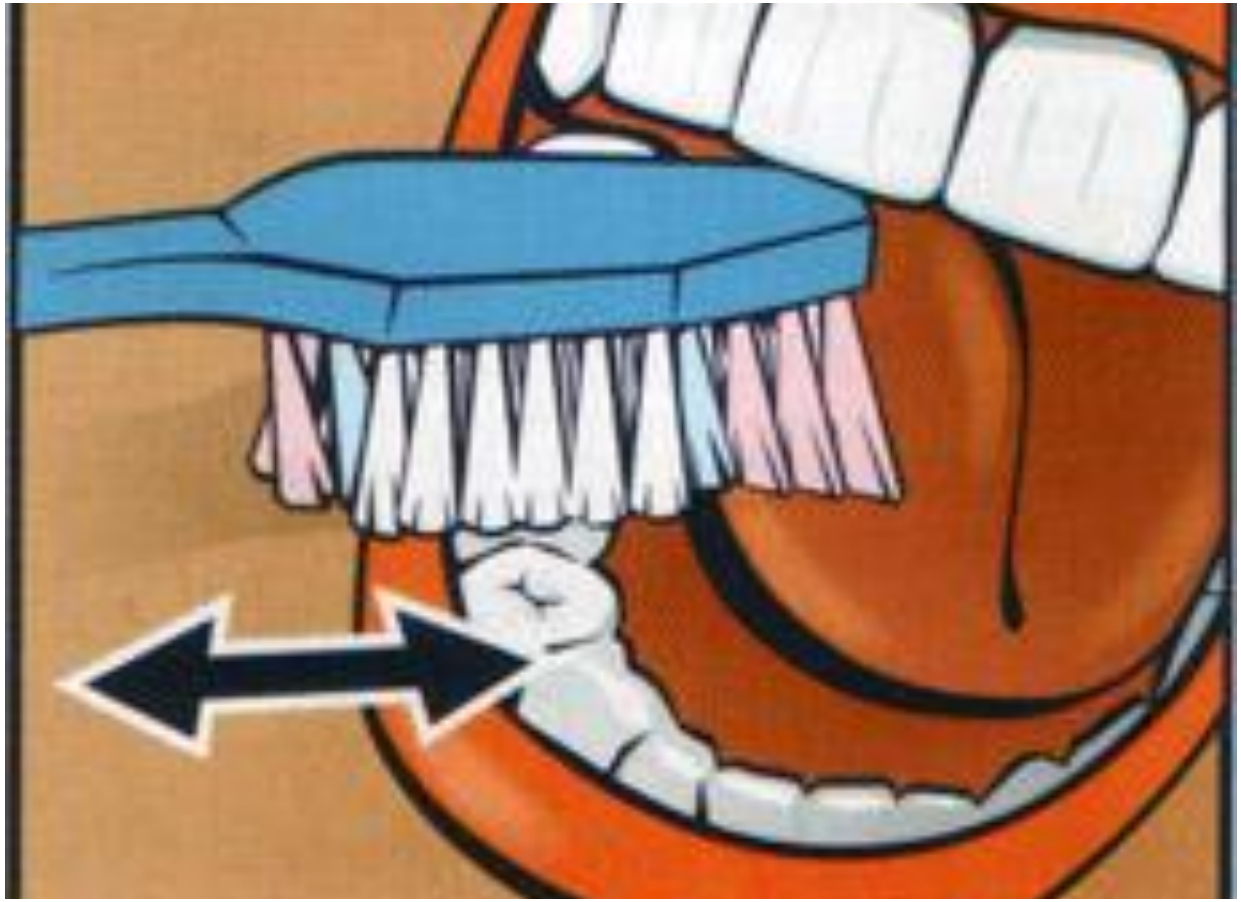


№3

Зубную щётку располагают горизонтально и производят движения вперёд-назад



Зубы в стадии прорезывания чистят горизонтальными движениями вперёд-назад, располагая зубную щётку, как показано на рисунке.



№4

Заканчивают чистку зубов круговыми движениями щётки с захватом зубов и дёсен при сомкнутых челюстях.



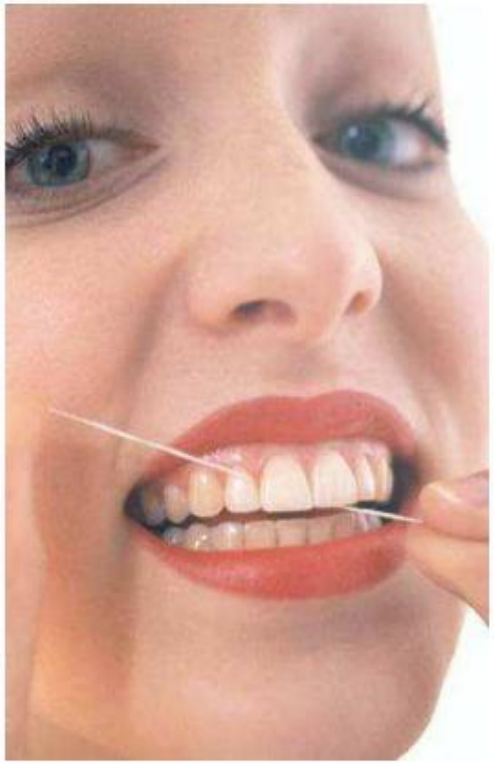
№5

№6



ЧИСТКА ЯЗЫКА.

Зубная нить





Иногда пища застревает между зубов так, что зубная щетка не справляется, тогда на помощь приходит специальная нитка для очистки зубов.

Мы должны всегда помнить, что зубы вы должны чистить только своей щеткой, которую следует хранить в чистоте, хорошо промытую.



Вот, что любит наш Зубик.

Задание


Download from
Dreamstime.com
This watermarked comp image is for previewing purposes only.
ID 22280445
Sirup | Dreamstime.com