

# CLEAN WELL

## تنظيف الأسنان جيداً

بطاقة إرشادات مفيدة للوالدين

- ★ تنظيف الأسنان بالفرشاة بعناية يمكن أن يساعد في وقاية أسنان أطفالكم ضد تشكل اللويحة الجرثومية ونخر (تسوس) الأسنان.
- ★ شجّعوا أطفالكم على تنظيف أسنانهم بالفرشاة بشكل كامل مرتين في اليوم على الأقل.
- ★ يتعيّن على الوالدين مساعدة أطفالهم (لغاية عمر ٧ سنوات) على تنظيف أسنانهم بالفرشاة.
- ★ العامل الأكثر أهمية لتنظيف الأسنان بالفرشاة هو تطوير عادة منتظمة من سن مبكرة.

 **BRUSHBOY™**



# CLEAN WELL

## تنظيف الأسنان جيداً

بطاقة إرشادات مفيدة للوالدين

### إرشادات مفيدة حول كيفية تنظيف الأسنان بالفرشاة بشكل صحيح

- ★ ضعوا كمية بحجم حبة البازلا من معجون الأسنان على فرشاة أسنان صغيرة وناعمة.
- ★ استعملوا معجون أسنان قليل الفلورايد (٢ - ٦ سنوات من العمر) إلا إذا أوصى مهني في طب الأسنان بخلاف ذلك.
- ★ وجهوا شعيرات فرشاة الأسنان بشكل زاوية نحو خط اللثة.
- ★ هزّوا الفرشاة بلطف أو حرّكوها بشكل دائري على الأسنان واللثة.
- ★ أعيدوا هذه العملية على السطوح الداخلية لكافة الأسنان.
- ★ بالنسبة لسطوح المضغ حرّكوا الفرشاة بلطف نهاباً وإياباً.
- ★ شجّعوا أطفالكم على بصق معجون الأسنان بعد تنظيفها بالفرشاة.

