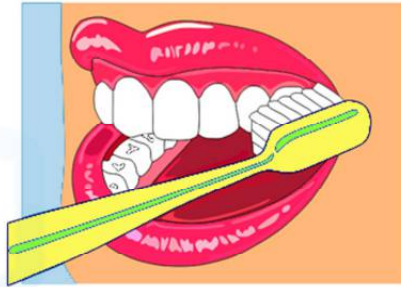


Prawidłowe mycie zębów



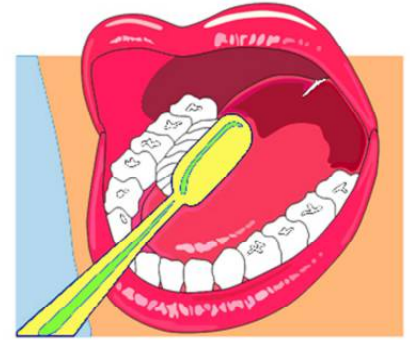
1

Umieść główkę szczoteczki pod kątem 45° na przedniej powierzchni zębów. Szczoteczka ma dotykać linii dziąseł i zębów.



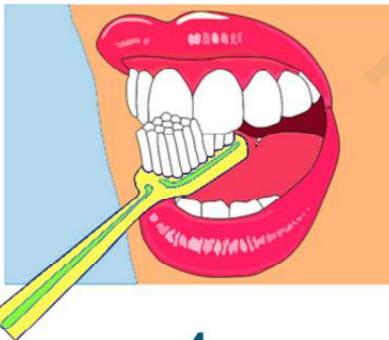
2

Szczotkuj zęby wykonując ruch wymiatający w kierunku od dziąsła do korony zęba (z góry na dół). Staraj się dokładnie myć każdy ząb osobno.



3

Myj wewnętrzne powierzchnie tylnych zębów wykonując szczoteczką małe ruchy w przód i w tył.



4

Myj wewnętrzne powierzchnie górnych siekaczy trzymając szczoteczkę w pozycji pionowej. Wykonuj ruchy w górę i w dół.



5

Wewnętrzne powierzchnie dolnych siekaczy czyść trzymając szczoteczkę pionowo. Wykonuj ruchy w górę i w dół.



6

Powierzchnie żujące górnych i dolnych zębów, czyść wykonując ruchy w przód i w tył.