

PROFILAXIA CARIILOR

ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ

FRUCTE PERIAJ CORECT
ZÂMBET FRUMOS **DINȚI PUTERNICI**
LEGUME RESPIRAȚIE PROASPĂTĂ
PASTĂ DE DINȚI FLUOR
TREI MINUTE DE PERIAJ
MEDIC DENTIST
AȚĂ DENTARĂ
ORGANISM SĂNĂTOS
APĂ DE GURĂ
STARE DE BINE

DETARTRAJ

GINGII SĂNĂTOASE
IGIENĂ ORALĂ
DINȚI ALBI

CONTROL PERIODIC



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

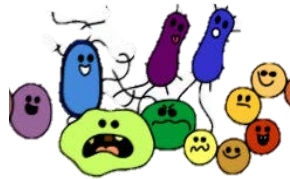
PALATULUI
DUR+MOALE

MAXILARULUI
ȘI MANDIBULEI



 Dragii 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 interdental folosind ață 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!