

PROFILAXIA CARIILOR

**ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ**

FRUCTE PERIAJ CORECT

ZĂMBET FRUMOS **DINȚI PUTERNICI**

LEGUME RESPIRAȚIE PROASPĂTĂ

**PASTĂ DE DINȚI** FLUOR

TREI MINUTE DE PERIAJ CONTROL PERIODIC

MEDIC DENTIST GINGII SĂNĂTOASE

AȚĂ DENTARĂ IGIENĂ ORALĂ

ORGANISM SĂNĂTOS

DETARTRAJ

APĂ DE GURĂ

DINȚI ALBI

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

DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ NEAMȚ  
Compartimentul de Evaluare și Promovare a Sănătății

20 martie -ZIUĂ MONDIALĂ A SĂNĂȚĂȚII ORALE

**Spune AAAAA!**



Sănătatea orală este mai mult decât un zămbet frumos. Înseamnă sănătatea:

DINȚILOR

GINGIILOR

BUZELOR

GLANDELOR SALIVARE

LIMBII

MUȘCILOR MASTICATORI

PALATULUI DUR+MOALE

MAXILARULUI ȘI MANDIBULEI

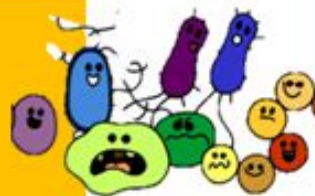
**Gândește-te la sănătatea ta!**





 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 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!