

PROFILAXIA CARIILOR

ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ

FRUCTE

PERIAJ CORECT

ZÂMBET FRUMOS

DINȚI PUTERNICI

LEGUME

RESPIRAȚIE PROASPĂTĂ

PASTĂ DE DINȚI

PERIE DE DINȚI

FLUOR

TREI MINUTE DE PERIAJ

MEDIC DENTIST

AȚĂ DENTARĂ

DETARTRAJ

GINGII SĂNĂTOASE

IGIENĂ ORALĂ

DINȚI ALBI

CONTROL PERIODIC

ORGANISM SĂNĂTOS

APĂ DE GURĂ

STARE DE BINE



Ministerul  
Sănătății



Centrul Regional de  
Sănătate Publică Iași



Institutul Național de  
Sănătate Publică

CNEPSS

Centrul Național de  
Evaluare și  
Promovare a Stării  
de Sănătate

# Spune AAAAA!

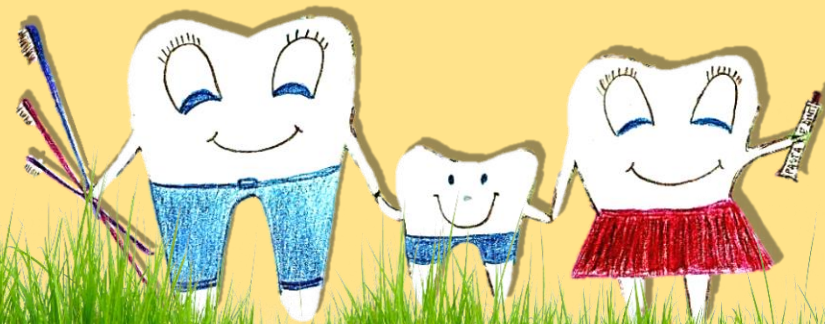


Sănătatea orală este mai mult decât

un zâmbet frumos. Înseamnă sănătatea:



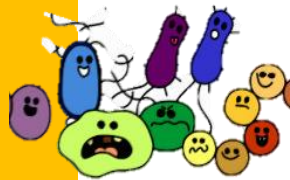
## Gândește-te la sănătatea ta!





Dragi 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 interdentar 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!