

DİŞ KORUYUCUSU FIRÇALAMA TABLOSU

Öğrenci Adı _____



Dişlerinizi 28 gün boyunca sabah - akşam fırçalayın ve Diş Koruyucusu olma yolunda ilerleyin.

1. GÜN	2. GÜN	3. GÜN	4. GÜN	5. GÜN	6. GÜN	7. GÜN



Plaktan kurtulmak için _____ gün diş ipi kullandım.

8. GÜN	9. GÜN	10. GÜN	11. GÜN	12. GÜN	13. GÜN	14. GÜN



Plak saldırılarından kurtulmak için daha sağlıklı gıdalar yedim. Şekerli ve dişe yapışan yiyeceklerden uzak durdum.

15. GÜN	16. GÜN	17. GÜN	18. GÜN	19. GÜN	20. GÜN	21. GÜN



Diş hekimini _____ tarihinde ziyaret ettim.

22. GÜN	23. GÜN	24. GÜN	25. GÜN	26. GÜN	27. GÜN	28. GÜN

Sakın Unutma

- 1- Plak bakterilerden oluşur. Besinlerle bir araya gelince dişlere saldıran asidi oluşturur. Dişleri fırçalamak ve diş ipi kullanmak, plağı yok eder!
- 2- Florürlü diş macunu dişleri güçlendirir ve plağa karşı savaşır.
- 3- Dişlerin tüm yüzeyleri (ön - arka, çiğneme yüzeyi ve dil) fırçalanmalıdır.
- 4- Diş ipi, dişlerin arasında kalan plağı ortadan kaldırır.
- 5- Diş fırçasınızı kimseyle paylaşmayın. Her 3 ayda bir (ya da artık 'işe yaramaz' görüldüğü anda) diş fırçasınızı değiştirin.

PARLAK GÜLÜŞLER,
PARLAK GELECEKLER™

