

保持口腔健康 习惯的方法



请遵循这些提示
来保持健康笑容。

- 每天使用机械或手动牙刷刷牙两次
- 使用含氟牙膏
- 每天使用一次牙线
- 清洁舌头
- 使用含氟抗菌漱口水（无酒精）
- 使用牙签或牙线（将其放置在任何地方）
- 使用木糖醇产品
- 喝水，然后用水漱口
- 佩戴运动防护牙托
- 如果有慢性溃疡或唇疱疹，先在不使用牙膏的情况下刷牙，然后使用含氟抗菌漱口水（无酒精）漱口

ODS Community Dental

