

Dzień dobry,

Na dzisiejszych zajęciach chciałabym zwrócić Twoją uwagę na prawidłową higienę jamy ustnej.

Higiena jamy ustnej to nie tylko mycie zębów, języka szczoteczką i pastą, ale także nitkowanie, czyli stosowanie nici dentystycznej oraz płukanie jamy ustnej płynem specjalnie do tej czynności przeznaczonym.



Obejrzyj proszę dwa krótkie filmiki, w których zobaczysz, jak prawidłowo dbać o higienę jamy ustnej.

<https://youtu.be/CcIJ7aKS0LE>

<https://youtu.be/QAVtB29UDw4>

Dziękuję

Aneta Trojanowska

