

Nu uitați de Regula

2x2x2

Aveți grijă de  
dinții voștri!



CU UN ZÂMBET MAI  
APROAPE DE SĂNĂTATE



Știți  
că...?



# REGULA 2 x 2 x 2 ÎN STOMATOLOGIE

Spală-te pe dinți  
de 2 ori pe zi.



Periază-te  
minim 2 minute.

Mergi la medicul  
stomatolog de  
2 ori pe an.  
Evitați alimentația  
nesănătoasă.



Schimbă  
periuța cel puțin  
o dată la 3 luni.



Nu folosi periuța  
altei persoane!



Discută cu medicul stomatolog despre:  
ața dentară, periuțele interdentare,  
apa de gură și dușul oral.

Consumați zilnic fructe și legume!

