การแปรงฟัน*อย่างถูกวิธี*

สำหรับเด็ก อายุ 3 ปีขึ้นไป
บีบยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ขนาดเท่าเม็ดถั่วลันเตา
บนแปรงสีฟันขนนุ่ม

แปรงฟันให้ทั่ว ทั้งด้านบน ด้านล่าง ด้านในและด้านนอก
อย่าลืมแปรงลิ้นด้วยนะ!

ควรเปลี่ยนแปรงสีฟัน
ทุก ๆ 3 เดือน

ปิดน้ำระหว่างแปรงฟัน
ช่วยกันประหยัดน้ำนะ

วิธีสร้าง รอยยิ้มที่สดใส

สุขภาพฟันดีสำคัญมากต่อสุขภาพของเด็ก ๆ
ง่ายๆ ด้วยขั้นตอนต่อไปนี้

แปรงฟัน
แปรงฟันอย่างน้อย
วันละ 2 ครั้ง
ด้วยยาสีฟันฟลูโอไรด์
ตอนเช้าและก่อนนอน

หลีกเลี่ยงขนมหวาน
และเครื่องดื่ม
ที่เสี่ยงต่อฟันผุ

พบทันตแพทย์
เพื่อช่วยดูแล
สุขภาพช่องปากที่ดี

ใช้ไหมขัดฟันกับเด็ก ๆ
ทำประจำทุกวัน
เพื่อช่วยขจัดคราบจุลินทรีย์
แล้วน้อง ๆ ก็จะมียิ้มที่สดใส
ตลอดไป แน่นอน

© 2020 Colgate-Palmolive Company. All Rights Reserved. A Global Oral Health Initiative.