



ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ

**ЗА УЛЫБКОЙ МОЖЕТ ПРЯТАТЬСЯ БОЛЬ!
КАКАЯ УЛЫБКА У ВАШЕГО РЕБЕНКА?**



Забота о здоровье зубов
– основа профилактики
заболеваний полости
рта и других органов
пищеварения.



Подавайте хороший пример детям: чистите
зубы **дважды в день**, сделайте это
обязательным семейным ритуалом.



Важен правильный **выбор зубной щетки,
зубной пасты.**



Соблюдайте **принципы здорового питания**:
ограничьте потребление сахара, включая
сладости и сахаросодержащие напитки, ешьте
фрукты и овощи, пейте чистую воду.



Регулярно проходите стоматологические
осмотры – не реже двух раз в год. Это
позволяет обеспечить раннюю диагностику и
своевременное лечение возможных проблем.