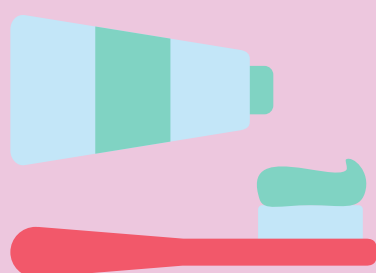




5 KROKÓW DO ZDROWEGO UŚMIECHU



1



Myj dokładnie zęby przynajmniej dwa razy dziennie - koniecznie wieczorem po ostatnim posiłku

2

Czyść dokładnie każdy ząb i przestrzenie między nimi. Myj zęby 2-3 minuty



3



Pamiętaj o czyszczeniu języka

4

Ogranicz słodczy i słodkie napoje



5

Regularnie odwiedzaj stomatologa

