

## 10 CONSIGLI

- 1** Pulisci ogni giorno i denti con spazzolino e dentifricio. Usa **FILO** o **SCOVOLINO** per pulire gli spazi tra i denti per una migliore protezione da carie e infiammazioni gengivali.
- 2** Il **SANGUINAMENTO** gengivale ripetuto è sintomo di gengivite o di parodontite. Non trascurarlo e fatti vedere dal tuo dentista!
- 3** Il **FUMO** nuoce grandemente alla salute della tua bocca. È scientificamente provato che aggrava le malattie delle gengive e rallenta la guarigione delle ferite chirurgiche nella bocca.
- 4** L'ipersensibilità dentale può dipendere dalla dieta (cibi o bevande **ACIDE**) o da un uso non corretto di spazzolino (troppo **DURO**) o dentifricio (troppo **ABRASIVO**). Dentista e igienista volentieri ti possono consigliare.
- 5** La carie è legata a scorretta igiene dentale, a residui di cibi zuccherini rimasti a lungo tra i denti, a scarsa resistenza dell'organismo all'azione dei microbi della carie. Pulisci bene i denti più volte al giorno, evita i **DOLCI** fuori dai pasti, rinforza i denti con i dentifrici al **FLUORO**!
- 6** Per prevenire la carie dei bambini sono utili le **SIGILLATURE** dei solchi sulla faccia masticante dei molari incominciando dai primi molari permanenti che spuntano dopo i sei anni.
- 7** La carie radicolare, che colpisce le radici dei denti allungati degli anziani, ha uno sviluppo molto rapido e distruttivo. Si previene con accurata pulizia e frequenti sciacqui con **COLLUTORI** al fluoro.
- 8** Visite di controllo annuali o **SEMESTRALI** sono molto raccomandabili soprattutto per i ragazzi. Piccole carie scoperte in tempo si possono curare oggi con tecniche pochissimo invasive e con otturazioni invisibili.
- 9** Anche gli **IMPIANTI** di titanio si possono ammalare! I batteri possono colpire i tessuti gengivali e ossei vicini all'impianto e causarne la perdita. Mantenete un'igiene scrupolosa di queste **PROTESI** e fatele controllare spesso dal dentista per allungarne la durata.
- 10** Curiamo giornalmente bocca e denti come abbiamo cura di occhi, capelli, pelle del volto e delle mani. **Un bel sorriso e un alito profumato sono un fantastico biglietto da visita e un mezzo di comunicazione più veloce di Facebook!**

