

Brush & Smile



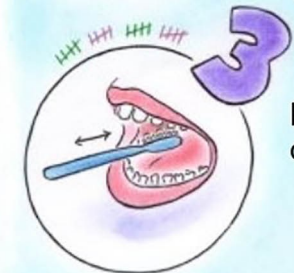
Handen wassen

Maak je handen goed nat, neem wat zeep, wrijf de handen 20 minuten ineengestremgeld over elkaar. Spoel de handen met water. Droog je handen goed af aan de lucht, gebruik geen handdoeken zij zijn een bron van infectie.



Doe wat fluoride tandpasta (0,5 cm) op een droge tandenborstel

Poets alle tanden gedurende 2 minuten. Neem voor de volgende oppervlakken dezelfde volgorde van het poetsen.



Poets de binnenkant van de kiezen in de onderkaak gedurende 20 seconden.



Poets de buitenkant van de kiezen in de onderkaak gedurende 20 seconden



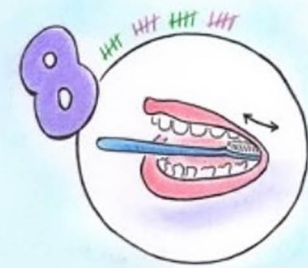
Poets boven op de kauwvlakken van de kiezen in de onderkaak gedurende 20 seconden



Poets de binnenkant van de kiezen in de bovenkaak gedurende 20 seconden



Poets de buitenkant van de kiezen in de bovenkaak gedurende 20 seconden

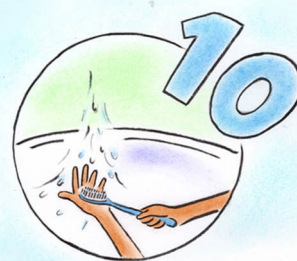


Poets boven op de kauwvlakken van de kiezen in de bovenkaak gedurende 20 seconden



Spuug de tandpasta uit.

De mond niet spoelen daar anders het postieve effect van de fluoride tandpasta vermindert.



Maak je tandenborstel schoon met schoon water.