

# CLEAN WELL

## 刷得乾淨：家長指導卡

- ★ 仔細刷牙有助於預防小孩牙齒出現齒菌斑和齲齒。
- ★ 鼓勵小孩每天至少徹底刷牙兩次。
- ★ 家長應該幫助小孩(7歲以下)刷牙。
- ★ 刷牙最重要的一點是要從小養成定時刷牙的習慣。

 **BRUSHBOY™**



## 正確刷牙方法指南

- ★ 將豌豆大小的牙膏塗在小頭軟毛牙刷上。
- ★ 請使用低氟牙膏(2-6歲)，除非牙科專業人士另外建議。
- ★ 刷毛相對牙齦線傾斜。
- ★ 輕輕晃動牙刷，以畫小圈動作刷牙齒與牙床。
- ★ 在所有牙齒的內側表面上重復刷牙。
- ★ 請在咀嚼表面使用輕微的前後刷牙動作。
- ★ 應鼓勵兒童在刷牙後吐出牙膏。

