

3.1 Dantų priežiūra



1. Perskaitykite patarimus, kaip reikia prižiūrėti dantis.



Dantis reikia valyti 2 kartus per dieną: ryte ir vakare.



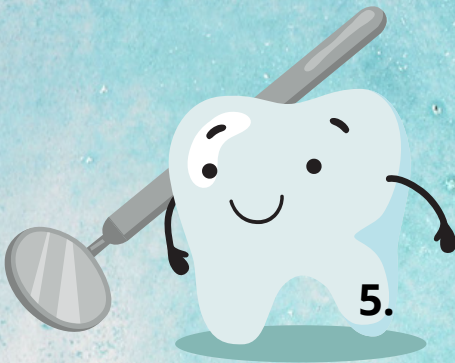
Sudrėkinkite dantų šepetėlį ir išspauskite ant jo žirnio dydžio dantų pastos kiekį.



Pridėkite dantų šepetuką prie danties ir valykite švelniais judesiais.



Kiekvieno danties paviršius sukamaisiais judesiais valomas bent 5 sekundes.



Nepamirškite, kad dantis reikia valyti ne tik iš išorės, bet ir iš vidinės pusės.



Išsivalę dantis, burną išskalaukite nedideliu kiekiu vandens.

Po vakarinio dantų valymo neužkandžiaukite ir negerkite jokių gėrimų.



3.1 Dantų priežiūra



2. Perskaitykite sakinius. Varnele pažymėkite teisingus, o kryžiuku – klaidingus teiginius.



| TIESA | KLAIDA |
|-------|--------|
| ✓ | ✗ |

| | | |
|--|--|--|
| 1. Pas odontologą galima nesilankyti 5 metus. | | |
| 2. Pas odontologą reikia lankytis bent kartą per metus. | | |
| 3. Kuo didesnis dantų šepetukas, tuo geriau išvalomi dantys. | | |
| 4. Pieninis šokoladas yra naudingas dantims. | | |
| 5. Ėduonis – dantų liga, kuri sukelia dantų skausmą ir nuo kurios atsiranda skylių. | | |
| 6. Sveiki dantys teigiamai veikia mūsų savijautą. | | |