

Co byste měli vědět o čištění zubů



Colgate

VÁŠ PARTNER V PÉČI O DUTINU ÚSTNÍ

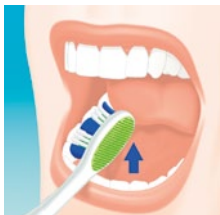
www.colgate.com

Jaký je správný způsob čištění zubů?

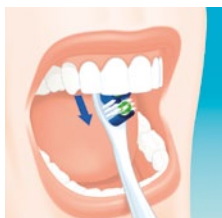
Čistěte si zuby nejméně 2 minuty, tzn. 30 vteřin každý kvadrant úst každé ráno a večer.



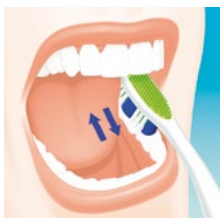
Opřete kartáček o zuby tak, aby kónické štětinky byly pod úhlem 45° a stírejte směrem od linie dásně ke korunce zuby



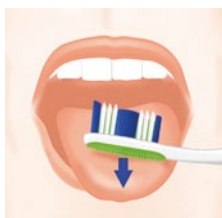
Vnitřní plochu každého zuby si vyčistěte stejně jako vnější plochu zubů. Pro vyčištění vnitřní plochy zadních zubů použijte zvýšené špičky kartáčku



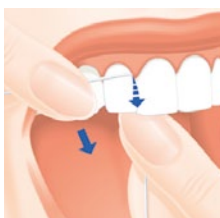
Vnitřní stranu předních zubů čistěte krátkými pohyby směrem od dásní ke korunce pomocí špičky kartáčku



Kónické štětinky použijte k vyčištění žvýkacích ploch, jemně pohybujte kartáčkem vzad a vpřed



Čistič jazyka použijte k čištění jazyka směrem od jeho zadní části ke špičce jazyka. Pomáhá odstranit bakterie a předchází vzniku nepříjemného zápachu z úst



Zubní nit k odstranění zbytků jídla a zubního plaku z mezizubních prostor. Pilovitým pohybem zasuňte část zubní dentální nitě mezi zuby a ohněte ji do tvaru „C“ kolem zuby, jemně nití pohybujte nahoru, dolů po stranách každého zuby

Jaký zubní kartáček bych měl používat?

- Většina zubních lékařů se shodne na tom, že zubní plak a nečistoty z Vašich zubů nejlépe odstraní zubní kartáček s měkkými nebo středně tvrdými štětinkami.
- Pokud jde o typ rukojeti, tvar hlavy a druh štětin, zvolte zubní kartáček, který vám umožní snadné vyčištění všech zubů a je vám pohodlný.
- Zvolte zubní kartáček s čističem jazyka a vnitřních stran tváří, protože 80 % všech bakterií v dutině ústní není na zubech.
- Bateriové/elektrické kartáčky jsou častou a dobrou alternativou. Pomáhají k účinnému vyčištění zejména těm lidem, kteří mají problémy s čištěním nebo mají omezenou hybnost.
- Zeptejte se svého zubního lékaře, popř. dentální hygienistky, jaký zubní kartáček je vhodný právě pro Vás. Například, pokud trpíte citlivostí zubů, měl by Vám být doporučen ultra jemný zubní kartáček.

Jak často bych si měl svůj zubní kartáček měnit?

Zubní kartáček byste si měli vyměnit vždy ve chvíli, kdy jeví známky opotřebení, nejpozději však po 3 měsících. Je také velmi důležité si vyměnit zubní kartáček po každém infekčním onemocnění (např. angína, chřipka, zánět průdušek, afty a další), protože bakterie a viry se udržují ve vláknech kartáčku a mohou vést k opakované infekci.



Roztřepený zubní kartáček může poranit dásně, nevyčistí zuby dostatečně a nedokáže ochránit zuby před zubním kazem

Proč jsou zubní kartáčky Colgate 360° tak vyjimečné?

- Colgate 360° je řada vysoce účinných zubních kartáčků, které poskytují čištění celých úst.
- Colgate 360° jsou klinicky prověřené zubní kartáčky, které odstraňují více plaku a více než 96 % bakterií v ústech.*



- **Colgate 360° Sensitive Pro-Relief**
je doporučen pro citlivé zuby
- **Colgate 360° Pro-Gum Health**
je doporučen na problémy s dásněmi
- **Colgate 360° Surround**
odstraňuje více zubního plaku
- **Colgate 360° Original**
pro každodenní odstranění plaku z mezizubních prostor

Pokud si nejste jisti, jaký kartáček je vhodný právě pro vás, zeptejte se svého zubního lékaře, popř. dentální hygienistky



* Oproti běžnému zubnímu kartáčku s rovně zastřiženými štětinkami.

Doporučení Vašeho lékaře pro každodenní péči o Vaše zuby

Zubní kartáček Colgate 360°
pro zdraví a hygienu celé dutiny ústní



■ Colgate 360° Sensitive
Pro-Relief™

Pro pacienty trpící
hypersenzitivitou dentinu



■ Colgate Total
Pro-Gum Health

Pro pacienty
s onemocněním dásní



■ Colgate 360°
Surround

Pro každodenní prevenci
zubního kazu, odstraňuje ještě
více plaku



■ Colgate 360°
Original

Pro každodenní odstranění
plaku z mezizubních prostor



■ Colgate Total
Pro-Gum Health
Dentální nit

Pro bezpečné
čištění mezizubních prostor

Colgate

VÁŠ PARTNER V PÉČI O DUTINU ÚSTNÍ

www.colgate.com

Pro podporu a vytváření správných návyků při čištění dutiny ústní u Vašich dětí

Systém dětských kartáčků vyvinutých podle odborných doporučení tak, aby vyhovovaly věku dítěte, s barevnou značkou indikující správné dávkování zubní pasty.



Colgate Smiles 2-6

Pro děti s dočasným
a smíšeným chrupem

Colgate Smiles 6+

Pro děti v pokročilejším stádiu
prořezávání stálých zubů



Colgate Plax Magic 6+

Ústní voda, která se používá
před čištěním zubním
kartáčkem – jemně zbarví
zubní plak do modra,
správným čištěním barva
zmizí... jako kouzlem