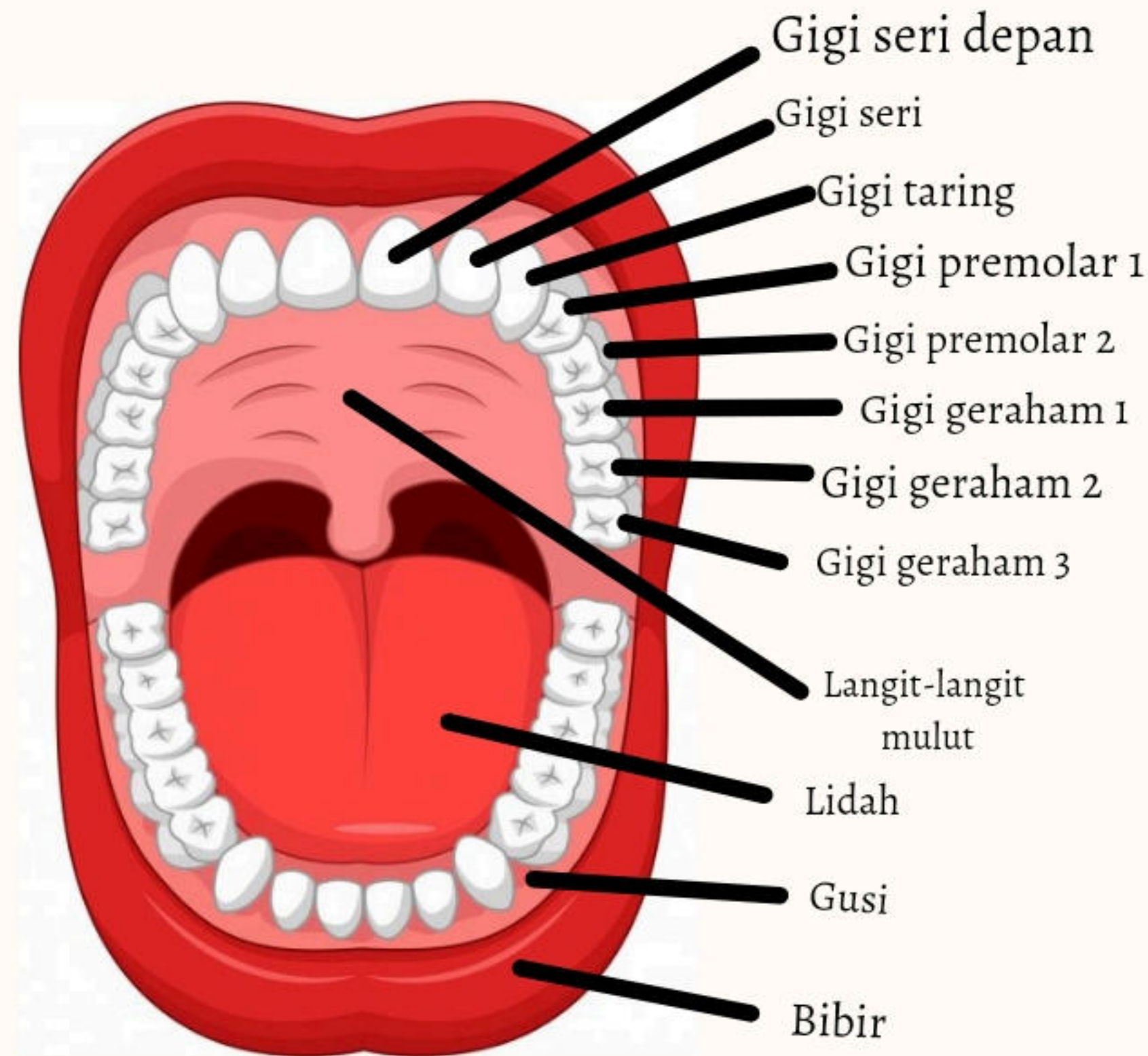




**AYO JAGA KESEHATAN MULUT
DAN CEGAH GIGI BERLUBANG!**

Bagian - bagian

Mulut dan gigi



Apa itu gigi berlubang?

Gigi berlubang adalah kondisi gigi yang rusak akibat terkikisnya lapisan terluar gigi (enamel). Kondisi ini disebabkan oleh penumpukan bakteri di mulut akibat sering mengonsumsi makanan manis dan tidak menjaga kebersihan mulut



Apa ya penyebab utama gigi berlubang ?

Plak atau biasa di sebut karang gigi plak merupakan lapisan lengket yang terdiri dari bakteri dan asam. Biasanya terkandung pada makanan atau minuman manis yang mengandung karbohidrat tertentu.

Contohnya :



Kue



Permen



Coklat



Minuman bersoda



BAGAIMANA CARA MENCEGAH GIGI BERLUBANG?

1. Menyikat Gigi Secara Rutin
2. Kurangi konsumsi camilan dan minuman manis
3. Konsumsi makanan yang menyehatkan gigi
4. Periksa Gigi Secara Teratur
5. Rajin sikat gigi sebelum tidur



BAGAIMANA SI CARA MERAWAT GIGI YANG BAIK ??

1. Minum banyak air putih setelah makan.
2. Menyikat permukaan setiap gigi memakai sikat gigi yang pas di mulut mereka.
3. Menyikat gigi dua kali sehari, pagi dan malam hari
4. Memakai floss adalah penting untuk mencegah pembentukan plak
5. Gunakan pasta gigi ber-fluoride (untuk anak lebih dari dua tahun).
6. Rutin periksa ke dokter selama 6 bulan sekali

LANGKAH-LANGKAH MENGOSOK GIGI YANG BAIK DAN BENAR!



1. Pastikan anak memegang sikat gigi dengan benar



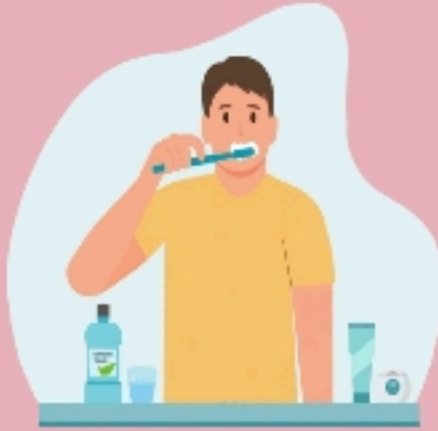
2. Ajarkan mengosok gigi dengan memutar



3. Ajarkan mengosok bagian yang Dekat dengan pipi dan lidah



4. Lakukan mengosok gigi bagian dalam



5. Ajarkan anak mengosok gigi depan dan belakang



6. Pastikan anak sudah mengosok seluruh bagian gigi



7. Setelah melakukan sikat gigi ajarkan anak untuk berkumur menggunakan air bersih

GIGI YANG SUDAH BERLUBANG APA BISA DISEMBUHKAN?



gigi yang sudah berlubang tentunya harus ditangani dengan dokter gigi untuk dibersihkan dan ditambal lubangnya. Gigi yang berlubang ini tidak bisa sembuh dengan sendirinya meski Anda meminum susu setiap hari atau menggosok gigi setiap hari.

SUDAH TAU KAN BAGAIMANA BAHAYANYA GIGI BERLUBANG !



AYO CEGAH GIGI BERLUBANG MULAI SEKARANG!