

# من أجل فم صحي!

لحماية أسنانك من التسوّس، قم بتنظيف أسنانك لمدة دقيقتين على الأقل مرتين في اليوم.



يجب عليك استخدام كمية مناسبة من معجون الأسنان الذي يحتوي على مادة الفليور:

• من 0 إلى 3 سنوات:  
مقدار حبة أرز



• 3 سنوات وما فوق:  
مقدار حبة البازلاء



شجّع طفلك على بصق معجون الأسنان الزائد.



تجنب شطف فمك والانتظار لمدة 30 دقيقة قبل الشرب أو الأكل

