



HOW TO PREVENT GUM DISEASE

GUM DISEASE IS CAUSED BY A BUILD-UP OF PLAQUE ON THE TEETH. IF YOU DO NOT REMOVE PLAQUE FROM YOUR TEETH BY BRUSHING THEM, IT BUILDS UP AND IRRITATES YOUR GUMS. THIS CAN LEAD TO REDNESS, BLEEDING, SWELLING AND SORENESS.

BRUSH TWICE DAILY FOR AT LEAST 2 MINUTES AND DO NOT FORGET TO CLEAN INTERDENTAL SPACES



VISIT YOUR HYGIENIST 2-4 TIMES A YEAR TO CHECK YOUR ORAL HYGIENE AND TO REMOVE CALCULUS, PLAQUE AND STAINS

CONSEQUENCES AND COMPLICATIONS OF GUM DISEASE

- GUM ABSCESSSES
- BAD BREATH
- RECEDING GUMS
- LOOSE TEETH
- LOSS OF TEETH

RESEARCH HAS LINKED GUM DISEASE TO MANY HEALTH CONDITIONS, INCLUDING DIABETES, HEART AND KIDNEY DISEASE, ALZHEIMER'S, ASTHMA, OSTEOPOROSIS, AND CANCER.

DON'T WAIT, GET YOUR GUMS CHECKED!



JAK ZAPOBIEGAĆ CHOROBY DZIAŚEŁ

CHOROBY DZIAŚEŁ SĄ SPOWODOWANE NAGROMADZONĄ PŁYTKĄ NAZĘBNĄ. JEŚLI NIE USUNIESZ PŁYTKI NAZĘBNEJ POPRZECZ SZCZOTKOWANIE, NAGROMADZONA PROWADZI DO PODRAŻNIENIA DZIAŚEŁ. MOŻE TO PROWADZIĆ DO ZACZERWIENIENIA, KRWAWIENIA, OBRZĘKU I BÓLU.

SZCZOTKUJ DWA RAZY
DZIENNIE PRZEZ CO
NAJMNIJ 2MIN I NIE
ZAPOMNIJ WYCZYŚCIĆ
PRZESTRZENI
MIĘDZYZĘBOWYCH



ODWIEDŹ
HIGIENISTKĘ 2-4
RAZY W ROKU W
CELU
SPRAWDZENIA
TWOJEJ HIGIENY
JAMY USTNEJ I
USUNIĘCIA
KAMIENIA, PŁYTKI
NAZĘBNEJ I
OSADU

NASTĘPSTWA I POWIKŁANIA CHOROBY DZIAŚEŁ

- ROPIEŃ DZIAŚŁA
- NIEŚWIEŻY ODDECH
- RECESJA DZIAŚEŁ
- RUSZAJĄCE SIĘ ZĘBY
- UTRATA ZĘBÓW

BADANIA NAUKOWE POWIĄZAŁY CHOROBY DZIAŚEŁ Z WIELOMA SCHORZENIAMI, W TYM CUKRZYCĘ, CHOROBY SERCA I NEREK, ALZHEIMERA, ASTMĘ, OSTEOPOROZĘ I RAKA.

NIE CZEKAJ, SPRAWDŹ SWOJE DZIAŚŁA!