

Tip 10 rigtige om tandsundhed...



1:

Hvorfor er det vigtigt at børste tænder?

1: For at få hvide, blanke tænder.

x: For at undgå dårlig ånde.

2: For at fjerne bakterierester på tænderne.

2:

Hvor tit skal tænderne børstes?

1: Tandplejen anbefaler, at tænderne børstes to gange dagligt.

x: Tandplejen anbefaler en grundig tandbørstning om ugen.

2: Tandplejen anbefaler en grundig tandbørstning en til to gange om ugen.

3:

Hvad mindsker risikoen for huller i tænderne?

1: Enzymer i tandpastaen.

x: Fluor i tandpastaen.

2: Vitaminer i tandpastaen.

4:

Hvordan kan indtagelse af medicin påvirke mundhulen?

1: Man kan få nedsat spyttsekretion, hvilket giver mundtørhed og gør, at tænderne er mindre beskyttet mod caries.

x: Tongen bliver ru og tør.

2: Stemmen bliver hæs.

5:

Hvad kan der ske, hvis man har dårlig mundhygiejne?

1: Bakterierne i mundhulen kan gøre, at man mister smagsevnen.

x: **Bakterierne i mundhulen kan eksempelvis give livstruende lungebetændelse.**

2: Bakterierne i mundhulen kan farve tungen blå.

6:

Hvorfor anvendes en lille mellemrumsbørste?

1: For at børste tænderne glatte.

x: **For at gøre ekstra godt rent i tandmellemmene.**

2: For at sikre, at der ikke bruges for meget tandpasta.

7:

Hvordan børstes protesen rent?

1: **Med en neglebørste eller protesebørste og neutral sæbe og vand.**

x: Med tandpasta.

2: Med koldt mælk.

8:

Hvordan fjernes tandsten på protesen?

1: **En gang om ugen lægges protesen i en liter vand iblandet en dl. Eddike natten over.**

x: Læg protesen i et glas vand natten over, så er tandstenene væk dagen efter.

2: Læg protesen i et glas cola natten over en gang om ugen. Det ætser tandstenene væk.

9:

Hvordan fjernes misfarvninger på protesen?

1: Skrub med ståluld i min. 15 minutter.

x: **Protesen kan lægges i et glas vand med to tsk. biotex natten over.**

2: Læg protesen i et glas cola natten over, så snart der er misfarvninger.

10:

Hvis hjælp har bedste allermest brug for?

1: Metrologen, der lover sol og blå himmel.

x: Dansk Tipstjeneste med 55 millioner i puljen til den heldige lottovinder.

2: **Din og tandplejers hjælp for at bevare en sund og ren mund.**