

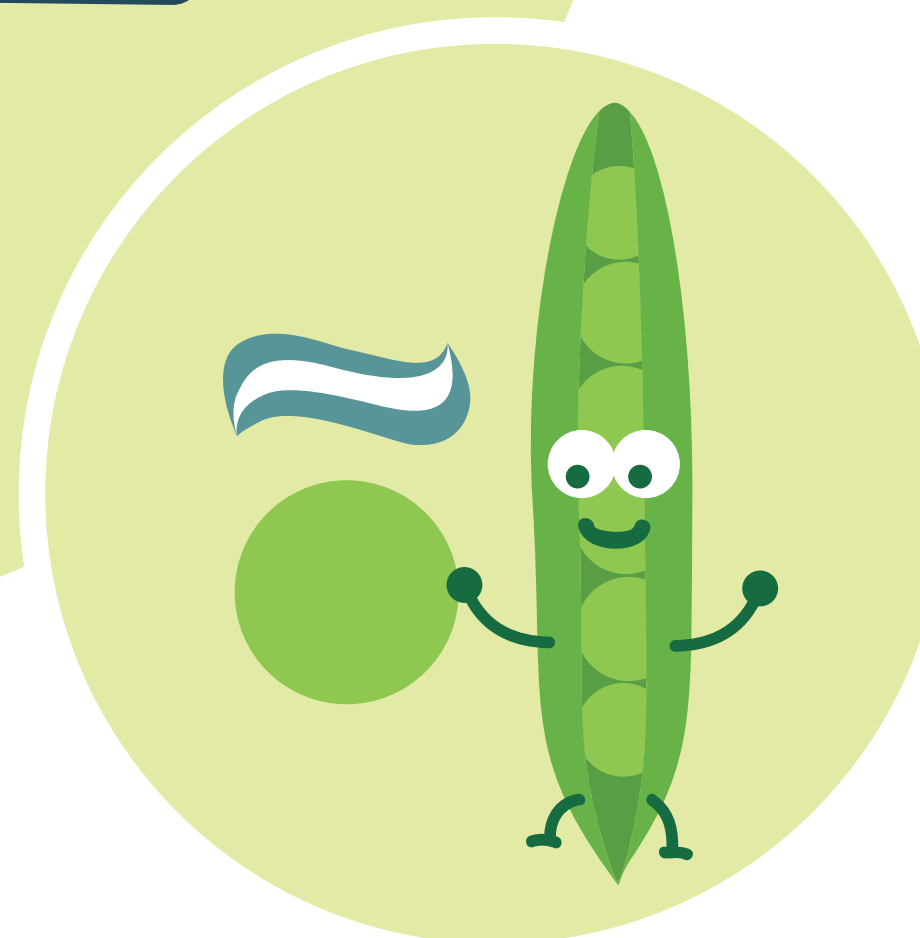
DR.
WACKEL
ZAHN

All'attacco!



1

Sciacquati per bene la bocca con l'acqua calda e metti un po' di dentifricio sullo spazzolino.

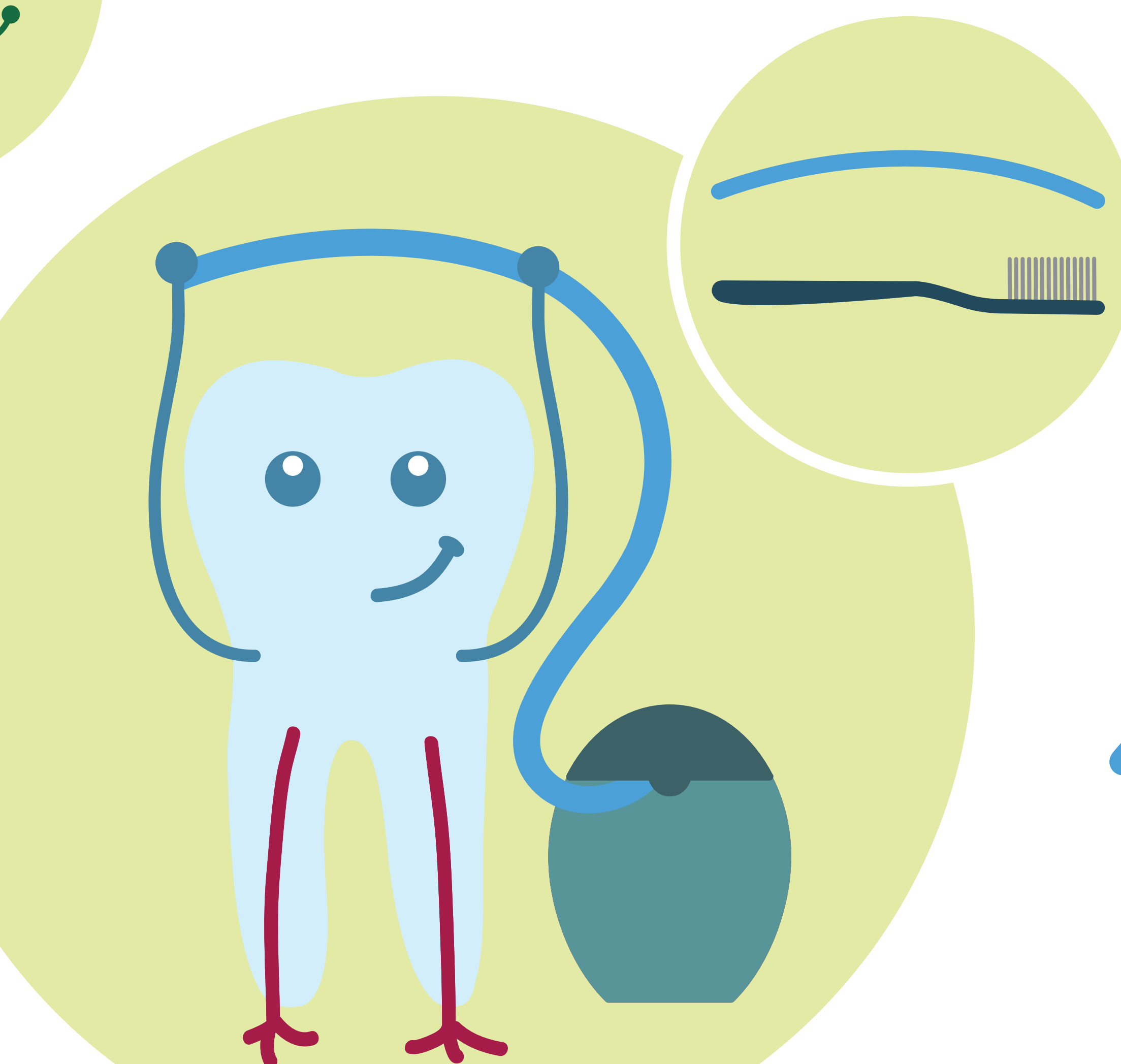


2

Spazzola innanzitutto la superficie masticante dei denti superiori. Muovi semplicemente lo spazzolino avanti e indietro.

3

Poi, spazzola allo stesso modo la superficie masticante dei denti inferiori. Come prima: avanti e indietro.

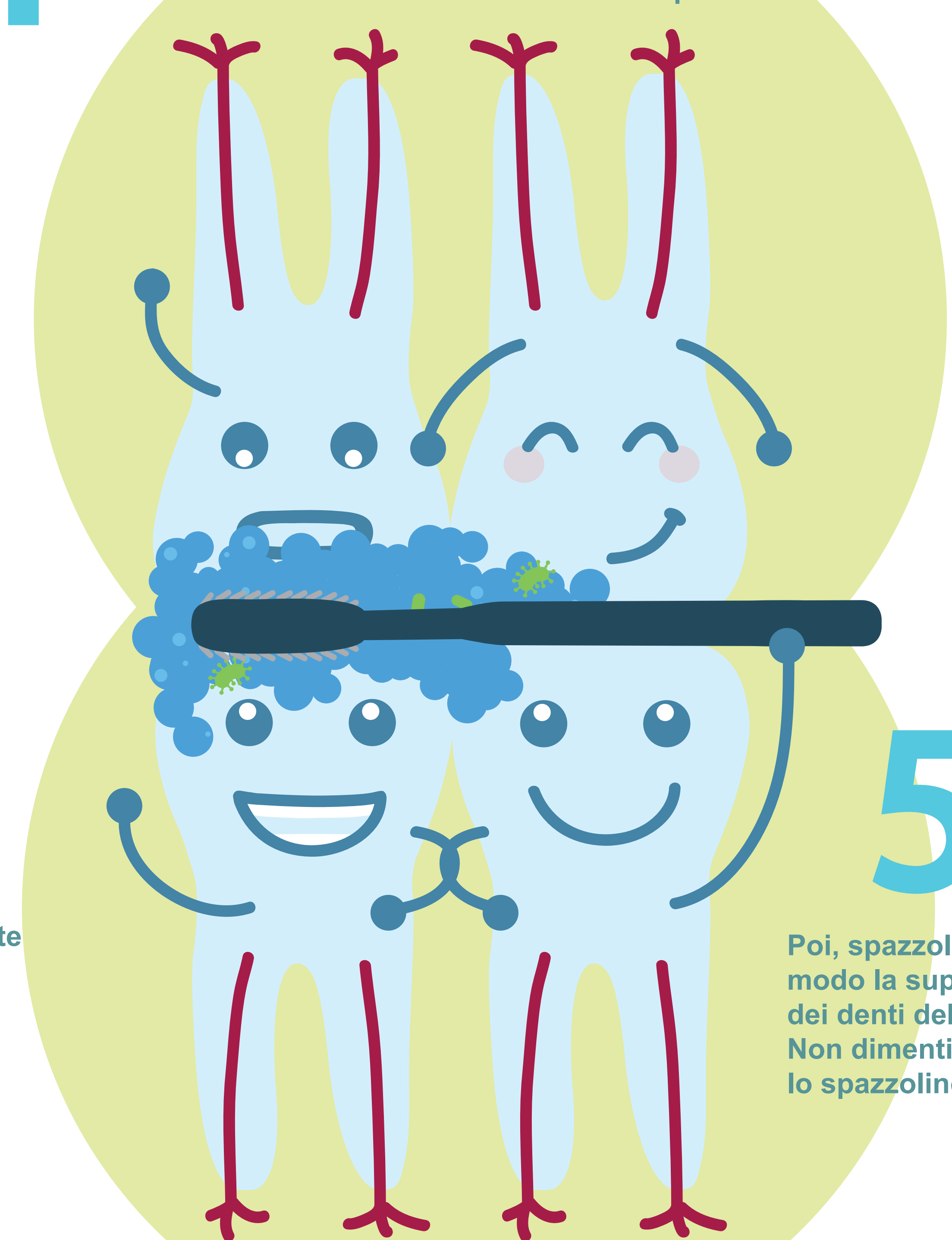


9

Ora tocca al filo interdentale. Stacca un pezzo di filo interdentale, arrotolane un'estremità attorno al dito medio della mano sinistra e l'altra estremità attorno al dito medio della mano destra, poi tendilo usando il pollice e l'indice di entrambe le mani.

4

Ora, unisci i denti e spazzolane la superficie esterna, cominciando da destra. Strofini bene con un movimento rotatorio. Parti dai denti in fondo e avanza verso la parte frontale della bocca.

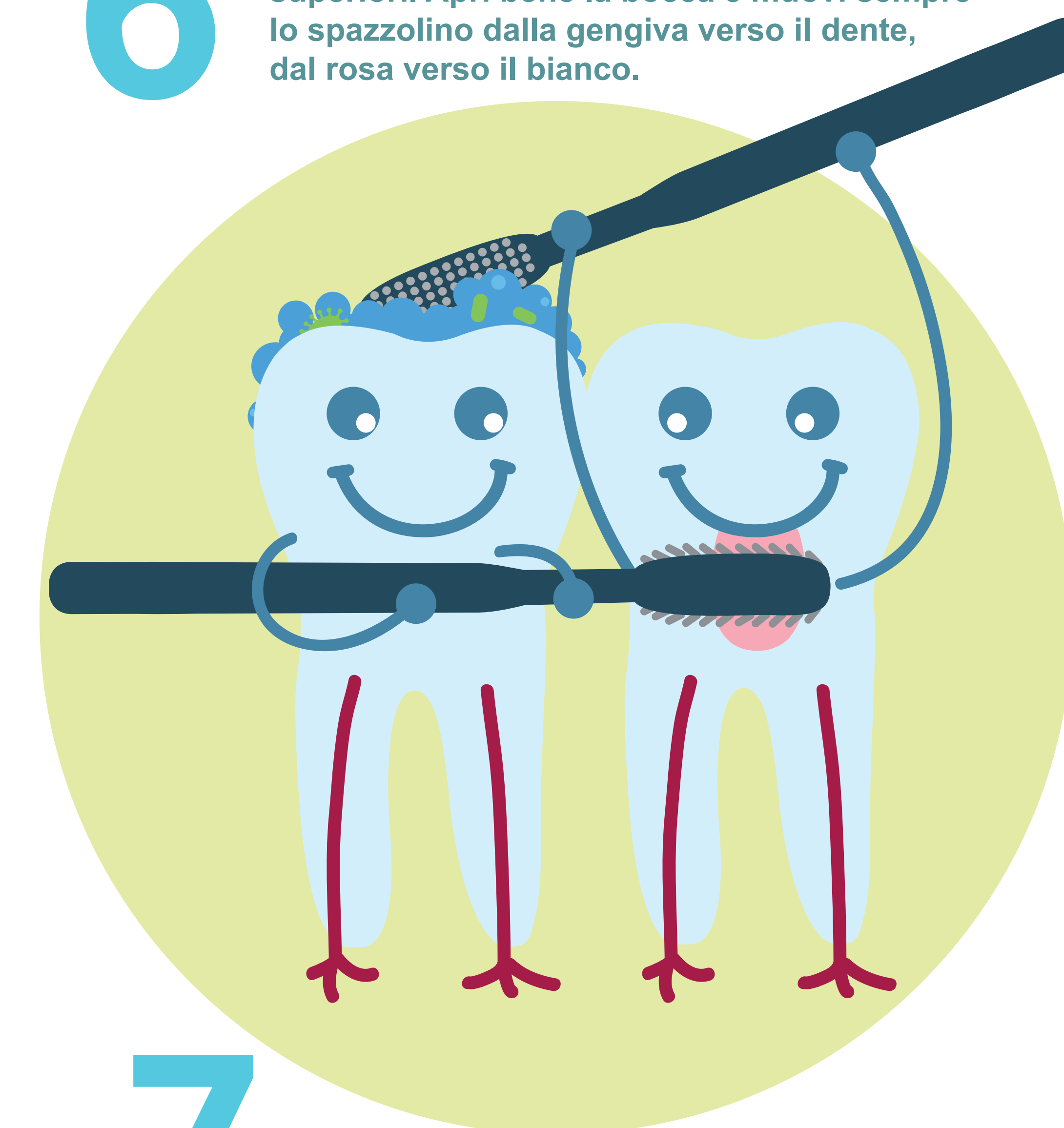


5

Poi, spazzola allo stesso modo la superficie esterna dei denti della parte sinistra. Non dimenticare di girare lo spazzolino!

6

Adesso, spazzola la superficie interna dei denti superiori. Apri bene la bocca e muovi sempre lo spazzolino dalla gengiva verso il dente, dal rosa verso il bianco.

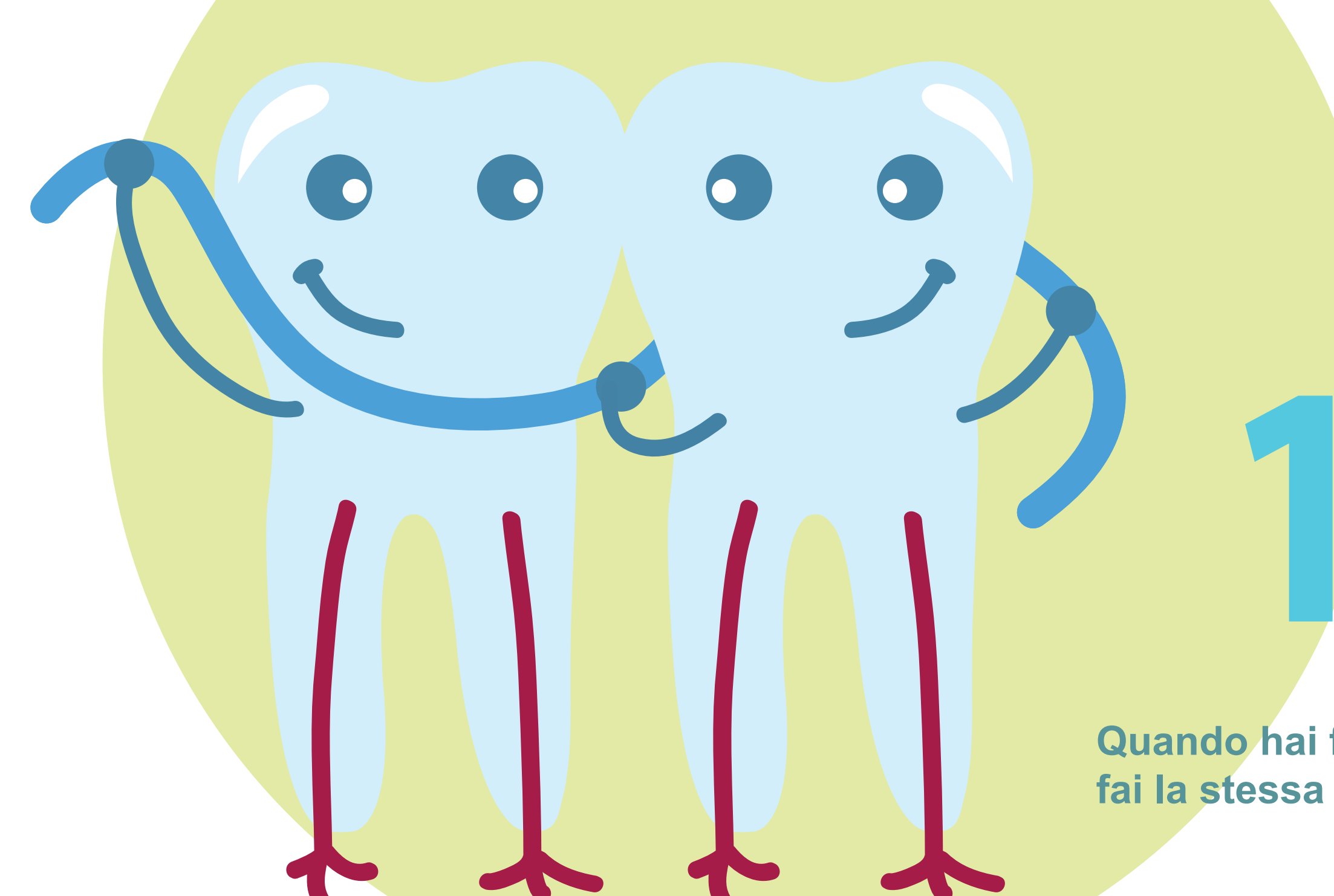


7

Spazzola allo stesso modo la superficie interna dei denti inferiori. Infine, strofini bene la lingua.

10

Spalanca la bocca e comincia con la parte in alto a destra. Inizia dal fondo e fai il giro. Infilà delicatamente il filo interdentale nella fessura tra due denti. Così: dentro, fuori.



11

Quando hai finito con i denti superiori, fai la stessa cosa con i denti inferiori.

12

Quando hai finito anche con i denti inferiori, butta il filo interdentale nel cestino della spazzatura.



Bravissimo!
Ce l'hai fatta.

