

# تنظيف أسناني

الأسبوع 4	الأسبوع 3	الأسبوع 2	الأسبوع 1	
				الإثنين
				الثلاثاء
				الأربعاء
				الخميس
				الجمعة
				السبت
				الأحد

انا ممتازا!



كرر على الأسنان الداخلية.



وجه فرشاة الأسنان بزاوية ٤٥ درجة نحو خط اللثة، واستخدم حركة دائرية لطيفة.



استخدم كمية معجون أسنان بحجم حبة البازيلاء.



ابصق معجون الأسنان بعد تنظيف الأسنان بالفرشاة



نظف اللسان باستخدام حركة خفيفة للخلف وللأمام



DPV Health®

[dpvhealth.org.au](http://dpvhealth.org.au)

1300 234 263

