



Ինչպե՞ս ճիշտ մաքրել ատամները



1. Վերին կողմնային ատամները արտաքինից մաքրել վերևից ներքև 45 ° անկյան տակ:



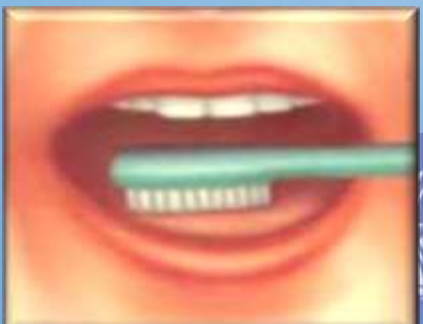
2. Վերին դիմային ատամները ներսից մաքրել վերևից ներքև:



3. Ստորին կողմնային ատամները ներսից մաքրել ներքևից վերև:



4. Ստորին ատամների ծամող մակերեսը մաքրել առաջ և ետ շարժումներով:



5. Լեզուն մաքրել խոզանակով:



6. Ատամների արանքի սննդի մնացորդները կարելի է հեռացնել թելի օգնությամբ: