



## EN COMPLÉMENT

- > Les hydropulseurs sont à utiliser en complément de la brosse. Utiles pour enlever des débris alimentaires et masser les gencives, ils ne remplacent en aucune façon la brosse à dents, ni les instruments de soins interdentaires.
- > Un dentifrice fluoré peut vous protéger des caries. À chaque âge correspond un dosage en fluor. Dans certains cas, un dentifrice spécifique peut être conseillé.
- > Les bains de bouche antiseptiques ne doivent pas être utilisés quotidiennement en dehors des cures prescrites par le dentiste.



### À SAVOIR

Certains aliments sucrés et acides (comme les sodas ou le citron) abîment fortement les dents. **Il faut les consommer avec modération !**

Après le repas de midi, si vous ne pouvez pas vous brosser les dents, **mâchez un chewing-gum sans sucre.**

**Partager sa brosse à dents n'est pas hygiénique.** Si vous le faites, vous risquez de transmettre ou d'attraper des bactéries.