



SEGUEIX AQUESTS CONSELLS I MILLORA LA TEVA SALUT

Tenir una bona salut bucodental és reflex d'una bona salut general i evita el risc de problemes bucodentals.

El manteniment no implica només raspallar-se les dents, hi ha tot un seguit d'hàbits que cal considerar. A Adeslas t'expliquem quins.



Renta't les dents correctament

Raspallar-se i passar-se el fil després de cada àpat, fer servir el fil dental i utilitzar col·lutoris adequats són accions essencials per eliminar la placa bacteriana i mantenir una boca saludable.



Tria la pasta de dents adequada

La sensibilitat dental tendeix a empitjorar amb els anys, pel fet que l'arrel està més exposada i les dents estan més desgastades. Per això, utilitzar una pasta de dents específica et pot ajudar a minimitzar aquesta sensibilitat.



Cuida de manera especial la teva pròtesi

En cas de tenir pròtesi, és recomanable usar uns raspalls de dents concrets. A més, també és important netejar la pròtesi amb un sabó específic i no amb pasta de dents, que és abrasiva i podria danyar la superfície de la dentadura.

Si et preocupa la teva salut bucodental i vols que un odontòleg estudiï el teu cas, recorda que amb **Adeslas Dental Família** tens més de 185 Clíriques Dentals Adeslas i més de 1.600 odontòlegs a la teva disposició.

**DEMANA LA TEVA CITA ONLINE O,
SI HO PREFEREIXES, TRUCA AL TELÈFON 900 22 99 22
I CONTINUA TENINT CURA DE LA TEVA SALUT BUCODENTAL**

Demana la teva cita ara