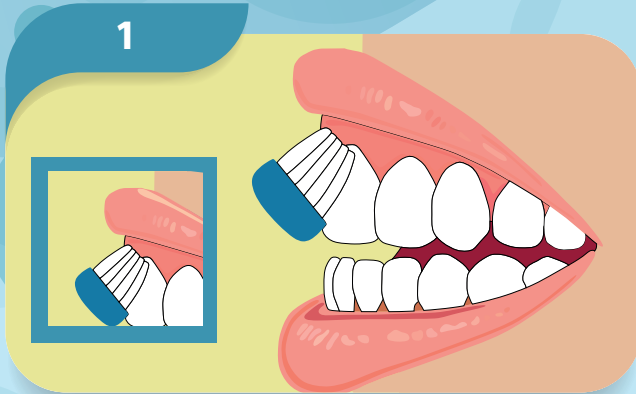
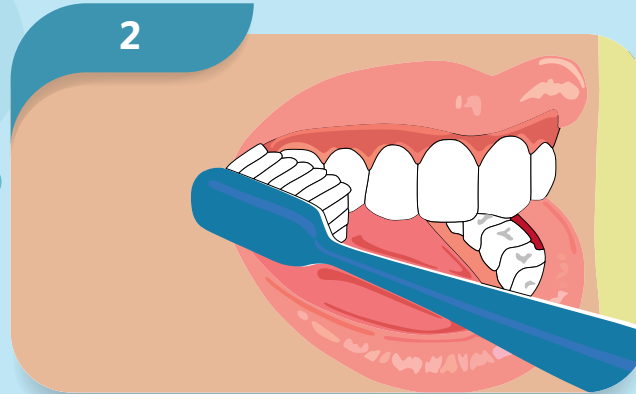


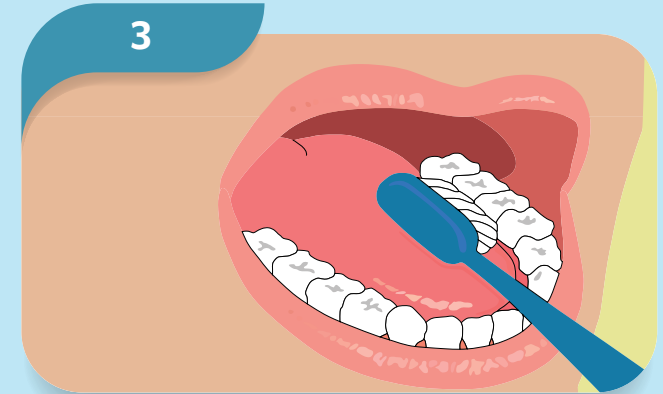
Teknik ng Pagsisipilyo



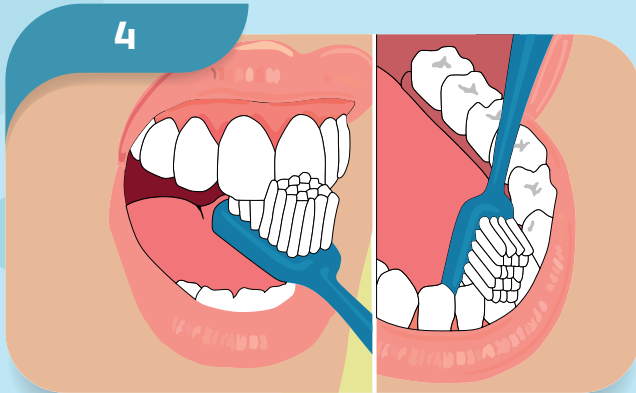
1 Ilagay ang balahibo ng sipilyo sa kahabaan ng gilagid sa 45 degree na anggulo. Ang mga balahibo ng sipilyo ay dapat na magkadikit sa ibabaw ng ngipin at sa gilagid



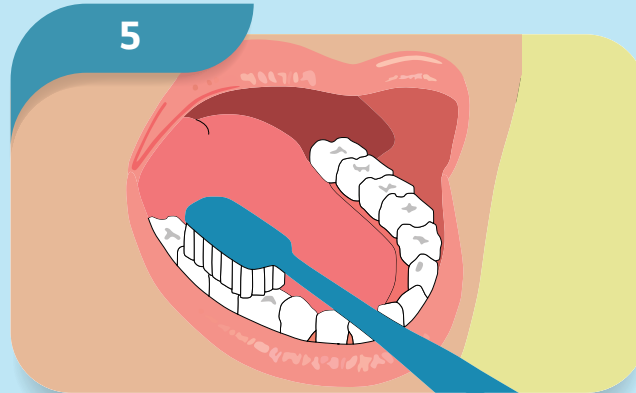
2 Dahan-dahang kaskasin ang panlabas na ibabaw ng ngipin ng 2-3 mga ngipin gamit ang nanginginig na pag galaw pabalik, pasulong at paggulong na paggalaw. Ilipat ang sipilyo sa susunod na grupo ng 2-3 mga ngipin at ulitin



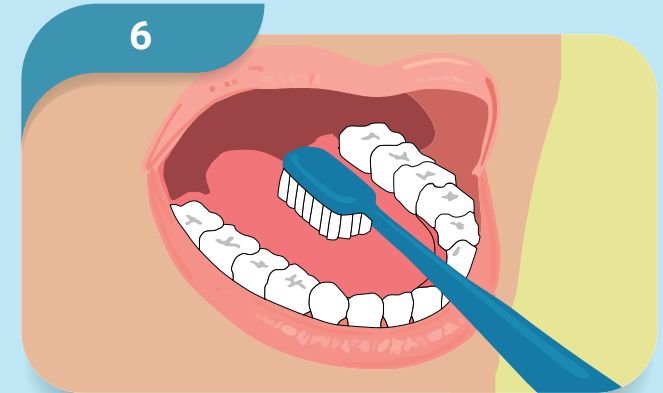
3 Panatilihin ang isang 45 degree na anggulo ng sipilyo na nakakadikit sa ibabaw ng ngipin at gilagid. Dahan-dahang magsipilyo gamit ang pabalik, pasulong at paggulong na paggalaw sa lahat ng ibabaw ng panloob na ngipin



4 Iikling ang sipilyo nang patayo sa likod ng mga ngipin sa harap. Gumawa ng ilang pataas at pababang mga galaw gamit ang harap na kalahati ng sipilyo



5 Ilagay ang sipilyo sa nakakagat na ibabaw ng ngipin at gumamit ng marahan na pabalik-balik na paggalaw pakayod



6 Sipilyuhin ang dila mula sa likod hanggang sa harap para alisin ang bakterya

