

أسنانك عنوان صحتك

المفاهيم الخاطئة حول صحة الفم

.....



الحقيقة



المفهوم الخاطئ

الأطعمة الحلوة والنشوية مثل رقائق البطاطس يمكن أن يؤدي أيضاً إلى تسوس الأسنان



الأطعمة الحلوة فقط يمكن أن تسبب تسوس الأسنان



إن الفم هو بوابة الجسم. يمكن أن تتأثر حالات مثل مرض السكري وأمراض القلب والأوعية الدموية بسوء نظافة الفم



صحة الفم ليست مرتبطة بالصحة العامة





الحقيقة



المفهوم الخاطئ

✓ فرشاة الأسنان الصلبة يمكن أن تتلف مينا الأسنان، بدلاً من تنظيف الأسنان بشكل أفضل ✓

✗ فرشاة الأسنان الأكثر صلابة تنظف بشكل أفضل ✗



✓ تنظيف الأسنان بالفرشاة بقوة يمكن أن يضر اللثة ومينا الأسنان بدلاً من تنظيف الأسنان بشكل أفضل ✓

✗ تنظيف الأسنان بالفرشاة بقوة ينظف بشكل أفضل ✗



✓ خيط الأسنان ينظف بين الأسنان أما الفرشاة فننظف الأسطح الخارجية فقط ✓

✗ لا حاجة لاستخدام خيط الأسنان إذا قمت بالتنظيف بالفرشاة بشكل صحيح ✗



✓ أسنان الطفل تحتاج إلى اهتمام لأنها تؤثر على النطق وعلى وضع وصحة الأسنان الدائمة ✓

✗ أسنان الطفل لا تحتاج إلى اهتمام لأنها سوف تسقط ✗



✓ يجب عليك زيارة طبيب الأسنان كل ستة أشهر ✓

✗ لا تذهب لطبيب الأسنان إلا عندما يكون لديك ألم في أسنانك ✗



✓ استخدام صودا الخبز والليمون ممكن أن يسبب تآكل الأسنان لذلك يجب أن يتم تبييض الأسنان تحت إشراف الطبيب ✓

✗ المنتجات المنزلية مثل صودا الخبز وعصير الليمون يمكن أن تبيض الأسنان ✗

