



**STUDIO DENTISTICO**  
— FZ Dental Team —

# CONSIGLI PER UNA **BOCCA SANA**

Riduci Carie, Infiammazione Gengivale e Sensibilità

## LAVARSI I DENTI BENE e SPESO



- ✓ Spazzola per 2 minuti, 2-3 volte al giorno
- ✓ Usa il filo interdentale e il collutorio

## SCEGLI IL DENTIFRICIO GIUSTO



- ✓ Con Fluoro e per denti sensibili
- ✓ Evitare dentifrici troppo abrasivi

## ALIMENTAZIONE ATTENTA



- ✓ Riduci zuccheri e snack
- ✓ Evita bibite acide e cibi troppo appiccicosi

## FAI CONTROLLI REGOLARI



- ✓ Visita dal dentista ogni 6 mesi
- ✓ Pulizia professionale periodica

## EVITA FUMO e ALCOL



- ✓ No al fumo
- ✓ Modera l'alcol

## Attento agli Sbalzi Termici



- ✓ Evita cibi troppo caldi o freddi
- ✓ Attenzione agli sbalzi di temperatura

 \* Piccole Abitudini, Grandi Benefici! 

 C.so F. Ferrucci 91/a, Torino (TO)  392 3310667

 [www.fzdentalteam.com](http://www.fzdentalteam.com)

 [info@fzdentalteam@gmail.com](mailto:info@fzdentalteam@gmail.com)