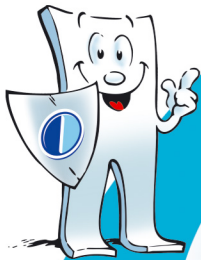


# Orbitek®

## 4 ZASADY WŁAŚCIWEGO DBANIA O ZĘBY



[www.orbitek.pl](http://www.orbitek.pl)



Program pod patronatem  
Polskiego Towarzystwa  
Stomatologicznego

- 1.**   
**SZCZOTKOWANIE**  
PAMIĘTAJ, ŻEBY PO KAŻDYM POSILKU  
MYĆ ZĘBY PASTĄ Z FLUOREM, A JUŻ  
KONIECZNIE RANO PO ŚNIADANIU  
I WIECZOREM PO KOLACJI.
- 2.**   
**ZDROWE ODŻYWIENIE**  
JEDZ DUŻO NABIAŁU, WARZYW I OWOCÓW,  
ŻEBY TWOJE ZĘBY BYŁY SILNE I ZDROWE.
- 3.**   
**KONTROLA**  
DWA RAZY W ROKU ODWIEDŹ STOMATOLOGA,  
KTÓRY SPRAWDZI STAN TWOICH ZĘBÓW.

**4.**



### ŻUCIE

KIEDY NIE MOŻESZ WYSZCZOTKOWAĆ  
ZĘBÓW PO POSILKU, PAMIĘTAJ  
O ŻUCIU GUM.

### BAKTERIE

## UCIEKNĄ W TE PĘDY!

