DR·JONA ANDERSEN
KIDSDENTAL PARIS
25 Rue de Lübeck, 75116 Paris
+33 (0)1 47 23 01 00
contact@kidsdentalparis.com
WWW.KIDSDENTALPARIS.COM

COMMENT SE BROSSER LES DENTS ?

Avec la méthode Kids Dental Paris, tu vas enfin t'amuser en te brossant les dents !

Pour que tu aies des dents toujours super propres et des gencives saines, voici la technique de brossage à utiliser **2 minutes 2 fois par jour avec un dentifrice fluoré** adapté à ton âge et à ton risque carieux.

Apprends la bonne technique pour te brosser les dents...

(La méthode "M.O.I" (Masticatory, Outer, Inner) correspond à la méthode "BOUBOU" recommandée par l'UFSBD)

Étapes :

1

Brosse toujours tes dents de la même façon :

- 2 minutes 2x/Jour.
- Mets ta brosse à dents inclinée à moitié sur la gencive, à moitié sur la dent.
- Brosse avec des petits cercles sans faire de pression.
- Dessine des petits soleils la matin et les lunes le soir.
- Commence toujours par les dents du bas, à l'extérieur, tout autour, puis l'intérieur tout autour.

2

Continue le brossage avec les dents du haut :

- À l'extérieur tout autour, puis à l'intérieur tout autour.

3

Et pour finir :

- Brosse les surface masticatoires (celles qui mâchent la nourriture).

Regarder la vidéo ici :

KIDS
DENTAL
PARIS

COMMENT SE BROSSER LES DENTS ?

Quelle quantité de dentifrice pour quel âge ?

0 - 3 ans

Une trace de dentifrice enfant 1000 ppm
dans la largeur de la brosse à dents pour les enfants avec un risque carieux faible. Lorsque le risque carieux est élevé, la quantité de dentifrice et de fluor augmente.

3 - 6 ans

Un petit pois de dentifrice enfant 1000 ppm.
Lorsque le risque carieux est élevé, la quantité de dentifrice et de fluor augmente à 1450 ppm.

**6 ans -
à l'âge adulte**

Un dentifrice junior ou adulte 1450 ppm.
Lorsque le risque carieux est élevé, la quantité de fluor augmente et à partir 10 ans un dentifrice 2500 ppm est recommandé.

**Jusqu'à
8 - 10 ans**

**Les parents doivent réaliser / superviser
le brossage jusqu'à 8-10 ans.**