



2x2 gør en forskel

God mundhygiejne starter tidligt og kan gøre en stor forskel for dit barns sundhed. Ved at følge vores enkle 2 x 2 råd kan I hjælpe jeres barn med at beskytte sine tænder og tandkød: Børst tænder morgen og aften i 2 minutter.

Husk også:

- **Brug en blød tandbørste og tandpasta med fluorid:** Fluorid styrker emaljen og forebygger huller.
- **Undgå at skylle munden efter tandbørstning:** Lad fluoren virke længere for bedre beskyttelse.
- **Husk at du skal børste tænder på dit barn indtil 10-12 års alderen.**



Jordan*
*caring for teeth since 1927

Hygiejneugen.dk

RÅDET FOR

BEDRE
HYGIEJNE