

Ihminen keskiössä
Individen i centrum

Polikliniken för tand- och munsjukdomar
tfn (06) 826 4701, mån-tors kl. 8-15, fre kl. 8-14

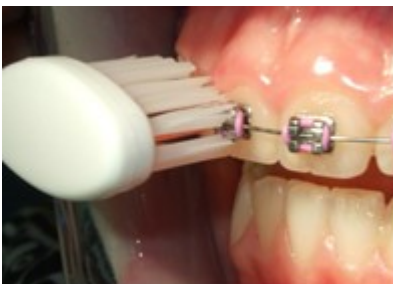
TANDBORSTNING UNDER TANDREGLERINGEN



Rikta borsten ner från tandkötet och mot fästansordningarna och trådbågen och borsta omsorgsfullt med korta knyckande rörelser som går fram och tillbaka.



Borsta sedan fästansordningarna på samma sätt från andra hållet.



Borsta till slut på fästansordningarna. Se till att borsten rengör även vid tandkötet. Efter det här borstas tändernas övriga ytor normalt, även från tungans sida.



Du kan lätt rengöra under metalltråden t.ex. med mellanrumsborste eller tandpetare. För borsten eller tandpetaren några gånger fram och tillbaka med knyckande rörelser i varje tandmellanrum.



Tandmellanrummen fås rena med tandtråd. Tråden måste först träs in under metalltråden för att den ska fås ordentligt in i tandmellanrummet. Tråden dras fram och tillbaka några gånger.