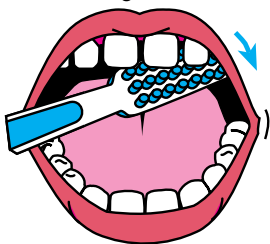


## Cách đánh răng

- Dùng bàn chải đánh răng có đầu nhỏ, lông mềm và kem đánh răng có fluoride.
- Chải răng cho sạch sẽ từ một đến hai phút.



### 1 Mặt trong của hàm trên

Chải theo đường tròn dọc theo mọi chiếc răng để bảo đảm sạch đến tận chân răng.



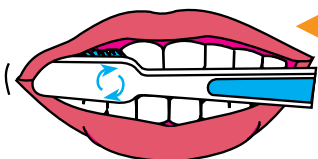
### 2 Mặt trong của hàm dưới

Chải theo đường tròn dọc theo mọi chiếc răng để bảo đảm sạch đến tận chân răng.



### 3 Mặt nhai

Chải dọc theo các răng của hàm trên và dưới.



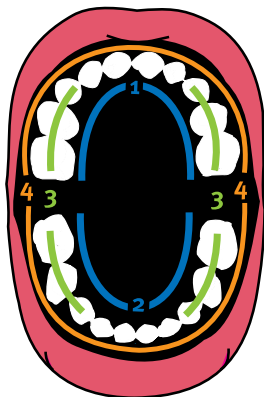
### 4 Mặt ngoài

Chải theo đường tròn hoặc lên xuống. Bắt đầu từ một bên chải dần cho đến hết bên còn lại.

Đánh răng theo cách này mỗi ngày hai lần.

Cha mẹ nên giúp con chải răng cho tới khi con lên tám.

Giữ kem đánh răng xa tầm tay của trẻ nhỏ.



Queensland  
Government

Nhấn dính bóc được ra khỏi gương để dùng