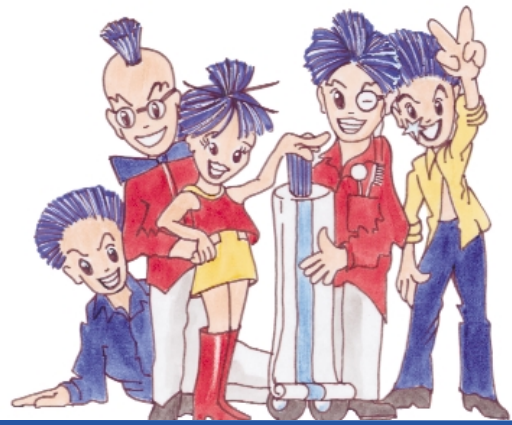


Plan DENT



Wir sind die DENT RANGERS!

Unsere Mission: Super Zähne für alle!

Unsere Feinde: Die Karies-Bakterien!

Ihr Unterschlupf: Der Zahnbelag – von dort aus zerstören sie die Zähne.

Unser Plan: Der geniale Plan DENT zur Rettung der Zähne!!!

Finstere Eindringlinge bedrohen unsere Zähne: Die Karies-Bakterien. Sie leben im Zahnbelag. Dort stellen sie aus Speiseresten an den Zähnen zerstörerische Säuren her.

Pommes, Äpfel, Brot und Süßes: **Egal, was du isst – ohne regelmäßiges Zähneputzen schlagen die Karies-Bakterien gnadenlos zu.**

Gegen Karies hilft nur eins: Zähne putzen nach Plan DENT!

Die Plan DENT-Strategie:

- Schlag rechtzeitig zu: Morgens NACH dem Frühstück und abends VOR dem Schlafengehen Zähne putzen.

Der Plan DENT-Einsatz:

- Zeig es den Bakterien gründlich: Mindestens 2 bis 3 Minuten lang putzen!
- Mach sie richtig fertig: Mit der Plan DENT-Taktik!

Die Plan DENT-Taktik:

- Mach es den Bakterien ungemütlich: Jeden Tag mindestens 2-mal Zähne putzen!

- Tricks' die Bakterien von Anfang an aus – mit der richtigen Putztechnik:

Der erste Trick: Den Mund gründlich ausspülen und dabei das Wasser fest durch die Zähne pressen!

Der zweite Trick: Zähne aufeinanderbeißen und die Außenseiten putzen – von hinten links nach vorn und dann bis hinten rechts. Aber nicht nur hin und her putzen – die Bürste muss kreisen!

Der dritte Trick: Die Innenseiten der Zähne putzen!

Erst die obere Reihe von links nach rechts und von oben nach unten. Dann die untere Reihe – aber diesmal von unten nach oben!

Der vierte Trick: Die Kauflächen oben und unten kräftig bürsten.

Der letzte Trick: Erst den Schaum durch die Zähne pressen und den Mund nur mit wenig Wasser ausspülen!

Das Plan DENT-Werkzeug:

- Die Zahnbürste – sie zeigt Karies-Bakterien die rote Karte. Spätestens alle 3 Monate wechseln, bevor die Borsten Trauer tragen!
- Zahnpaste mit Fluorid! Das macht die Zähne hart.

Der Plan DENT-Verbündete:

Dein Zahnarzt. Besuch' ihn 2-mal im Jahr – dann hat Karies keine Chance.

Der Plan DENT-Erfolg:

Super Zähne wie ein Dent Ranger – da findet dich jeder „zahnsinnig“ cool!

