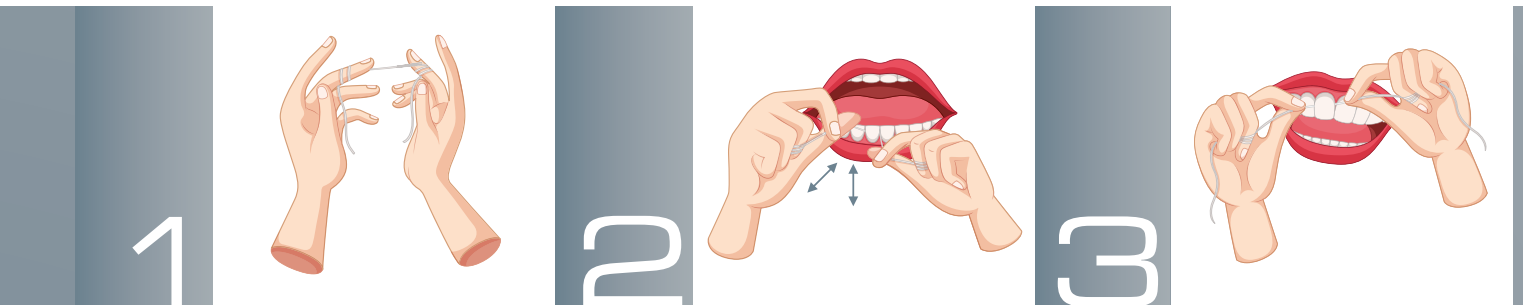




ZAHNSEIDE RICHTIG BENUTZEN

Zahnseide ist eine wichtige Ergänzung zum Zähneputzen. Es ist prinzipiell egal, welche Art von Zahnseide Sie benutzen - wir empfehlen jedoch ungewachste Zahnseide zu verwenden. Viel wichtiger ist die richtige Technik bei der Benutzung. Für jede Anwendung benötigen Sie ca. 40-60 cm an Zahnseide.

Wir verraten Ihnen gerne, wie es am besten funktioniert:



- Wickeln Sie beide Enden um Ihre Zeige- oder Mittelfinger.
- Zwischen den Fingern sollte maximal ein Stück von drei bis fünf Zentimetern übrig bleiben, das gestrafft werden muss. Halten Sie es zwischen Daumen und Zeigefinger.
- Schieben Sie die Zahnseide behutsam zwischen Ihre Zähne.
- Bewegen Sie diese nur auf- und abwärts. Bitte "sägen" Sie nicht hin und her (außen/innen), sonst kann sich die Zahnseide ins Zahnfleisch einschneiden und Verletzungen hervorrufen.
- Haben Sie das Stück Zahnseide in mehreren Zwischenräumen benutzt, nehmen Sie ein frisches Stück und bearbeiten die weiteren Zähne.

Jeden Abend zwei Minuten Zahnseide benutzen! Ihre Zähne werden es Ihnen danken!

Nehmen Sie sich jeden Abend für jede Anwendung zwei Minuten Zeit. Somit gewährleisten Sie eine optimale Pflege Ihrer Zähne. Mit der richtigen Anwendung von Zahnseide gelangen Sie in nahezu jeden Zahnzwischenraum. Allerdings bedarf es ein wenig Übung, da es am Anfang oft zu Zahnfleischbluten kommen kann.

Im Supermarkt, Drogeriemarkt oder in der Apotheke erhalten Sie verschiedene Zahnseide oder auch Zahnseide-Sticks.