

Perawatan Kesehatan Mulut

Yang Harus Diketahui Kalangan Lansia

**Selalu tersenyum menampakkan gigi Anda
Riang, aktif, dan gembira
Membantu saya menikmati hidangan yang lezat
Senantiasa sehat dan bugar tanpa rasa cemas**

Lansia yang sehat mengetahui cara untuk merawat kesehatan mulut:

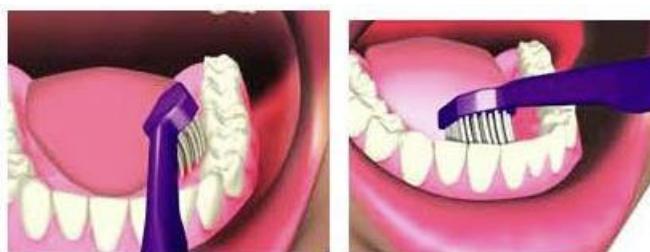
1. Perawatan gigi



Sikat gigi setiap hari dengan pasta gigi fluorida di pagi hari dan sebelum tidur di malam hari



Tempatkan sikat gigi dengan bulu lembut pada batas gusi dan sikat perlahan dengan gerakan menggosok pelan sepanjang permukaan luar gigi.



Tempatkan sikat gigi dengan bulu lembut pada batas gusi dan sikat perlahan dengan gerakan menggosok pelan sepanjang permukaan dalam gigi.



Sikat permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah dengan gerakan maju mundur.

2. Perawatan gigi palsu

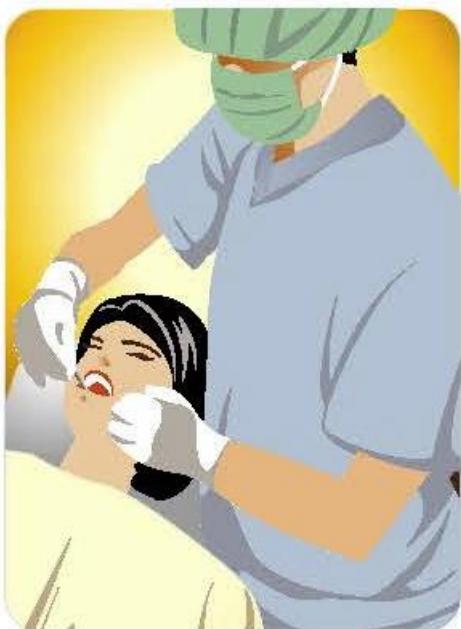


Oleskan sedikit detergen pada permukaan sikat gigi. Lalu bersihkan setiap permukaan sikat gigi dan bilas dengan air.



Setiap malam, setelah membersihkan gigi palsu, rendam dalam segelas air semalaman.

3. Pemeriksaan gigi rutin



Untuk pencegahan penyakit mulut, kunjungi dokter gigi setiap tahun untuk pemeriksaan gigi, gusi, dan gigi palsu