



حساسية الاسنان



قد تكون

تسوس ونخر الاسنان



قد تكون

تآكل المينا

قد تكون
احتكاك الاسنان



قد تكون
انحسار اللثة



ماهي الحلول لحساسية الأسنان

استخدم فرشاة ذات شعيرات ناعمة ومعجون خاص بالأسنان الحساسة



قلل من الأطعمة والمشروبات الحمضية، القهوة والمشروبات الغازية



امضغ العلكة الخالية من السكر لزيادة كمية اللعاب في الفم



تجنب تفريش أسنانك بقوة وبطريقة أفقية خاصة عند اللثة



استخدم خيط الأسنان بشكل يومي



توقف عن حك أسنانك ببعضها



راجع طبيبك بشكل دوري لمراجعة حالة لثتك وأسنانك

