

# ПРИЧИНЫ КРОВОТОЧИВОСТИ ДЕСЕН

Кровь из десны явно говорит о том, что пора записываться на прием к врачу. Однако поводом для беспокойства могут стать и другие признаки, в их числе:



Набухшие  
покрасневшие  
десны



Неприятный запах  
изо рта, с которым  
не справляются  
зубная паста  
или ополаскиватель



Болезненные  
ощущения  
во рту



Повышенная  
температура



Подвижность  
зубов  
(расшатывание)

## ПРИЧИНЫ КРОВОТОЧИВОСТИ ДЕСЕН:



Мягкий  
и твердый  
зубной налет



Неправильно  
подобранная  
щетка



Некачественное  
лечение



Нарушение  
метаболизма



Нарушение  
гормонального  
фона



Курение

## КАК ПРАВИЛЬНО ЧИСТИТЬ ЗУБЫ

Правильная чистка зубов способствует более качественному удалению зубного налета – главной причины воспаления десны.

Алгоритм действий должен быть следующим:

2

Минимальное  
количество чисток

45°

Угол зубной щетки  
к челюсти

2

Общее время чистки  
не менее 2 минут



Очищающие движения  
совершаются  
снизу-вверх,  
«выметающие»



Щетка движется только  
в диапазоне очищаемых  
зубов, без особых усилий;  
очищается не только  
наружная, но и внутренняя  
сторона зубов



В заключении нужно  
почистить язык –  
на нем отмечается  
большое скопление  
микроорганизмов

