

KEHAUSAN GIGI

- Kehilangan lapisan enamel dan dentin gigi



Bila minum, gunakan penyedut minuman untuk meminimumkan sentuhan minuman dengan permukaan gigi

Elakkan makanan dan minuman berasid sebelum masuk tidur pada waktu malam

Kunyah gula-gula getah / lozeng bebas gula untuk merangsang pengaliran air liur yang berupaya melemahkan asid

Gunakan berus gigi lembut dan ubat gigi berfluorida yang rendah kandungan bahan pelepasnya

Tidak memberus gigi serta-merta selepas makan / minum sajian berasid

Tidak memberus gigi serta-merta selepas makan

Bagaimana Mengurangkan Hakisan Gigi?

