

## **Volgorde tandenpoetsen met een beugel**

### **Poets 5 tellen per tand**

**Poets 3 keer per dag de tanden volgens de onderstaande stappen:**

- Stap 1: Zet de tandenborstel schuin tegen het tandvlees en poets de overgang van de tand en het tandvlees.
- Stap 2: Poets de onderkant van de bracket.
- Stap 3: Poets loodrecht op de bovenkant van de bracket.
- Stap 4: Poets plat op de bracket.
- Stap 5: Poets de binnenkant van de tanden en kiezen.
- Stap 6: Poets de bovenkant van de tanden en kiezen.

**Gebruik 2 keer per dag de rager of het single tuft ortho kopje volgens de onderstaande stappen:**

- Stap 1: Plaats de rager aan de zijkant van de bracket en steek van het tandvlees af.
- Stap 2: Ga 10 keer met de rager op en neer.
- Stap 3: Doe dit bij iedere bracket.

**Gebruik 2 keer per dag het spoelmiddel:**

- Stap 1: Neem 15 ml van het spoelmiddel.
- Stap 2: Spoel 30 seconden en spuug het uit.

**LET OP!!**

**NEEM ALTIJD DE TANDENBORSTEL MEE NAAR DE AFSPRAAK.**