

**NHS**

Cheshire and Merseyside

Cum să vă ajutați copilul să se spele pe dinți

Programul Periază și lustruiește
Cheshire & Merseyside



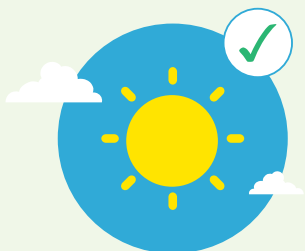
Pentru mai multe sfaturi privind
spălatul pe dinți la copii, în engleză
și în alte limbi, vă rugăm să vizitați:



bspd.co.uk/Patients/PatientInfo

Copiii sub vârsta de 7 ani ar trebui:

- ✓ Să se spele pe dinți dedouă ori pe zi



- ✓ Să folosească pastă de dinți cu fluor pentru toată familia (1450ppm)

Sub vârsta de 3 ani

o cantitate mică de
pastă de dinți



3 ani +

o cantitate de pastă
de dinți de mărimea
unui bob de mazăre



- ✓ Să scuie, nu să clătească
după periajul dinților

- ✓ Să fie supravegheați
de un adult în timp ce
se spală pe dinți



Translated versions of the All Together Smiling leaflet were published July 2025. This leaflet is available in English, Arabic, Chinese, Romanian, Portuguese and Polish.