

**SII FIERO**  
DELLA TUA BOCCA

# Vai regolarmente dal dentista

**DATO DI FATTO:** #losapeviche le malattie della bocca colpiscono circa 3,5 miliardi di persone, spesso causano dolore, fastidio, isolamento sociale, perdita di autostima, ore di assenza da scuola o dal lavoro e sono correlate anche ad altri importanti disturbi della salute?

[www.fondazioneandi.org](http://www.fondazioneandi.org)  
[www.worldoralhealthday.org](http://www.worldoralhealthday.org)



Giornata Mondiale  
della Salute Orale  
20 marzo



Promosso in Italia da



# Come ti può aiutare il dentista?

Il dentista può aiutare a tenere i tuoi denti e la tua bocca in salute. Visite regolari permettono al dentista di verificare se ci siano problemi dentali, impostare una terapia se necessaria e rimuovere gli accumuli di placca che, se non eliminati, possono portare all'insorgenza di carie dentali o a malattie gengivali (parodontite).

## Il dentista potrà:

- Esaminare i tuoi denti, le gengive e la bocca;
- Consigliare su come mantenere una corretta igiene orale attraverso un'alimentazione bilanciata, una dieta con pochi zuccheri, senza fumo e con una limitazione degli alcolici;
- Spiegare come mantenere denti e bocca sani attraverso buone abitudini di igiene orale, incluso come lavarsi i denti e utilizzare correttamente il filo interdentale;
- Fornire eventuali terapie necessarie;
- Fissare la data della prossima visita di controllo;
- Collaborare con te per mantenere una buona salute orale e generale.

**Una buona salute orale, aiuta a vivere più a lungo e più sani**