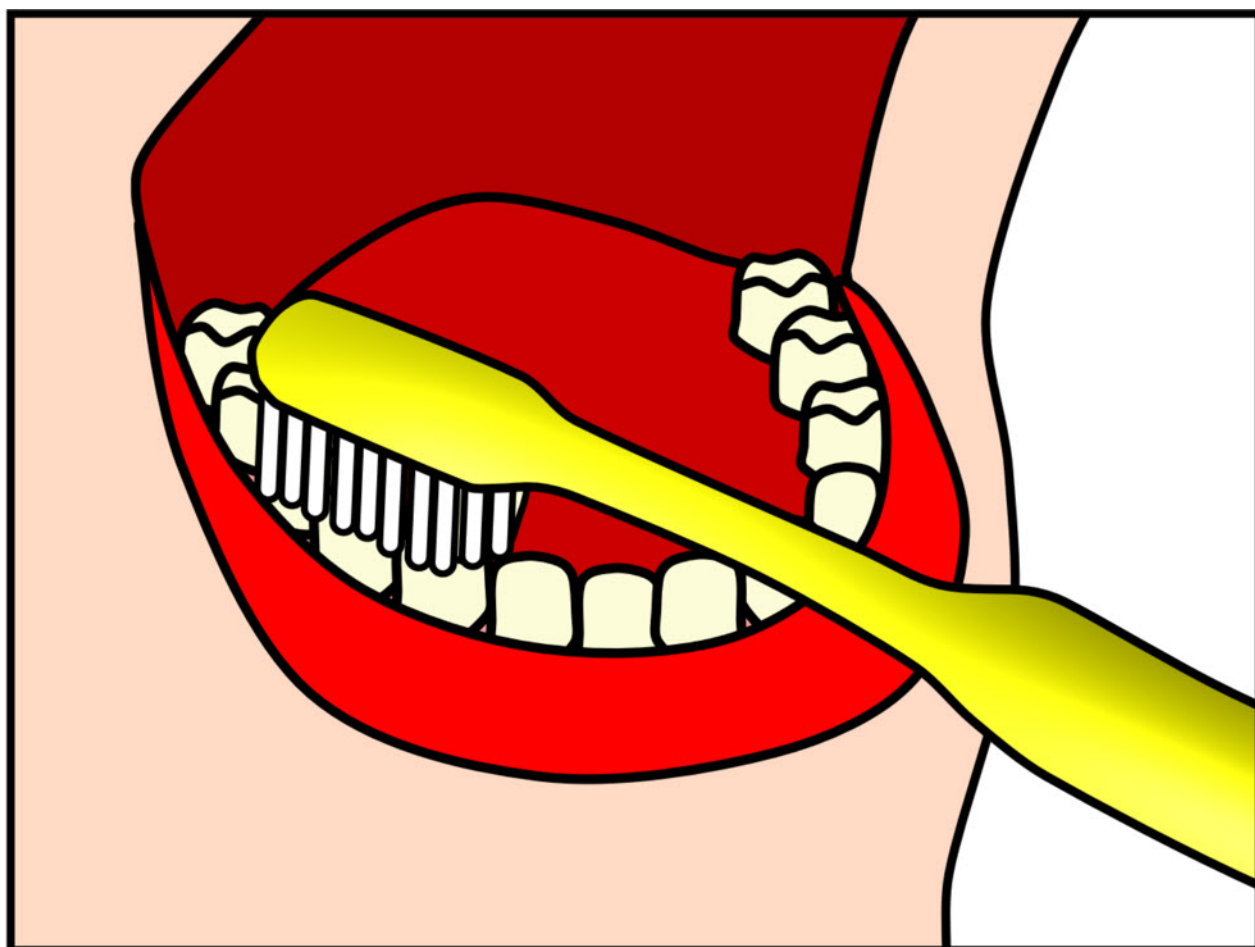


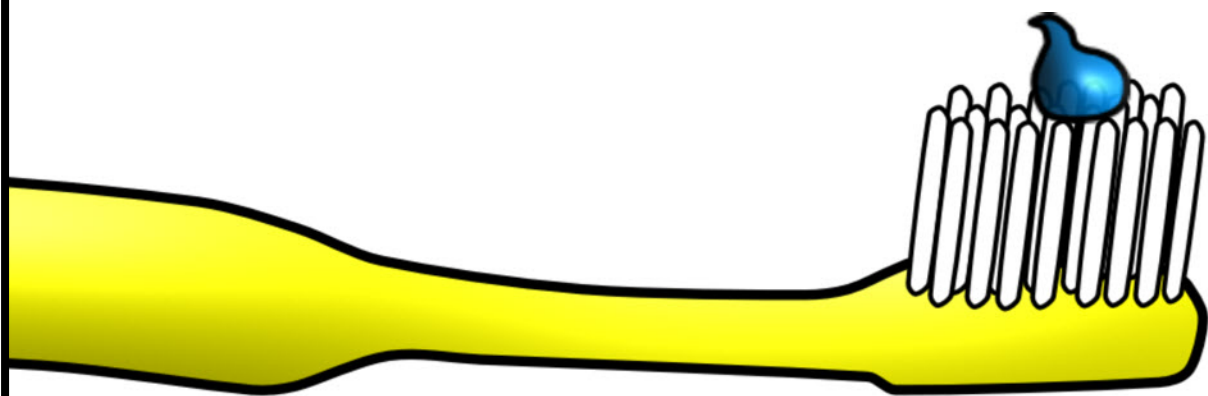
Hur man

Borstar

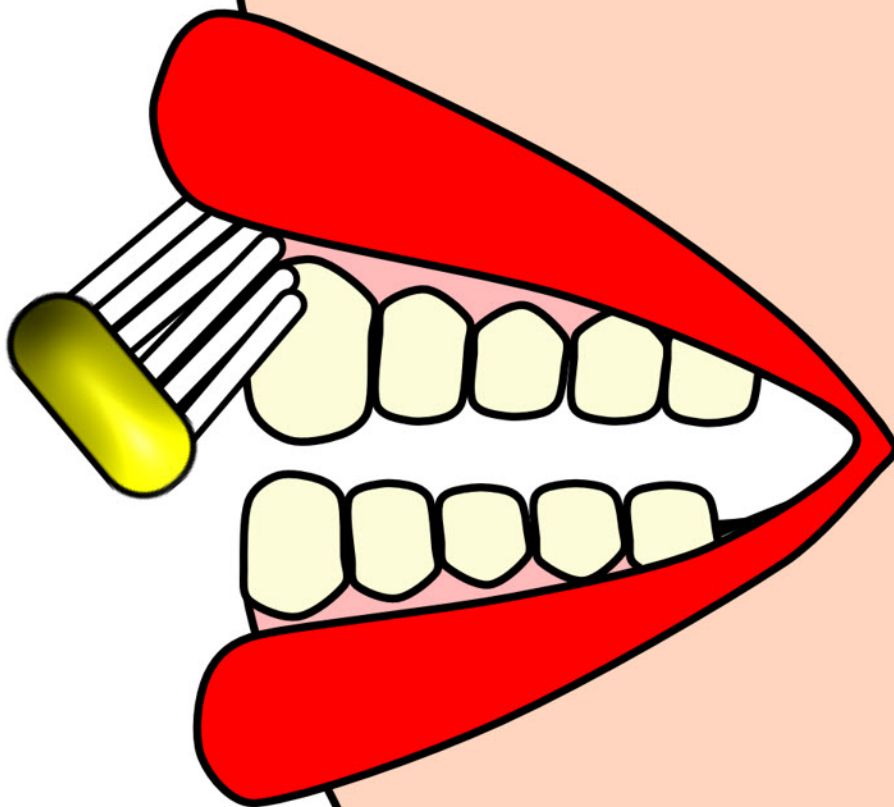
Tänderna



1 Blöt din tandborste och använd en ärtstor mängd tandkräm.

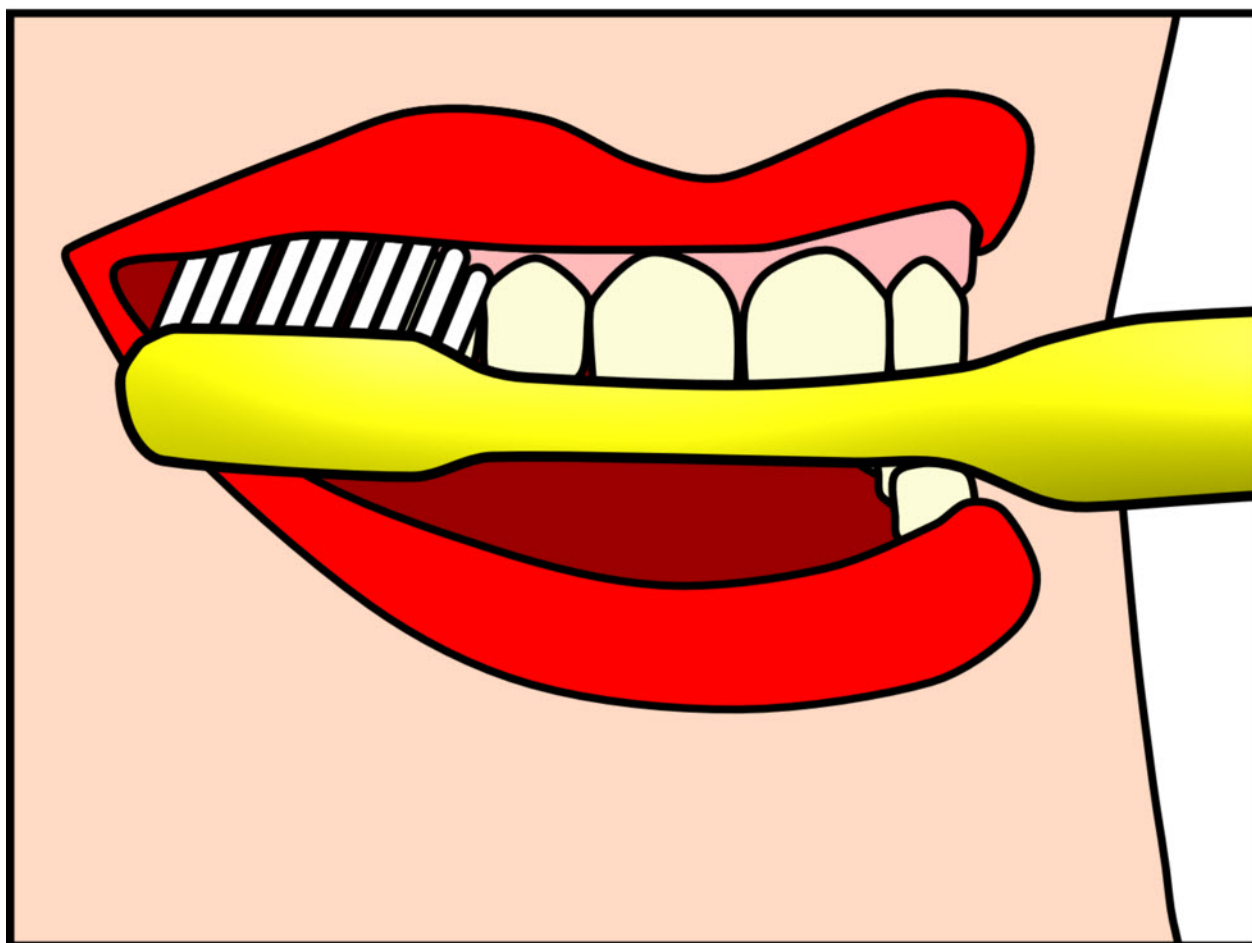


Vinkla tandborsten och
2 borsta hela tanden ända
till tandköttskanten.



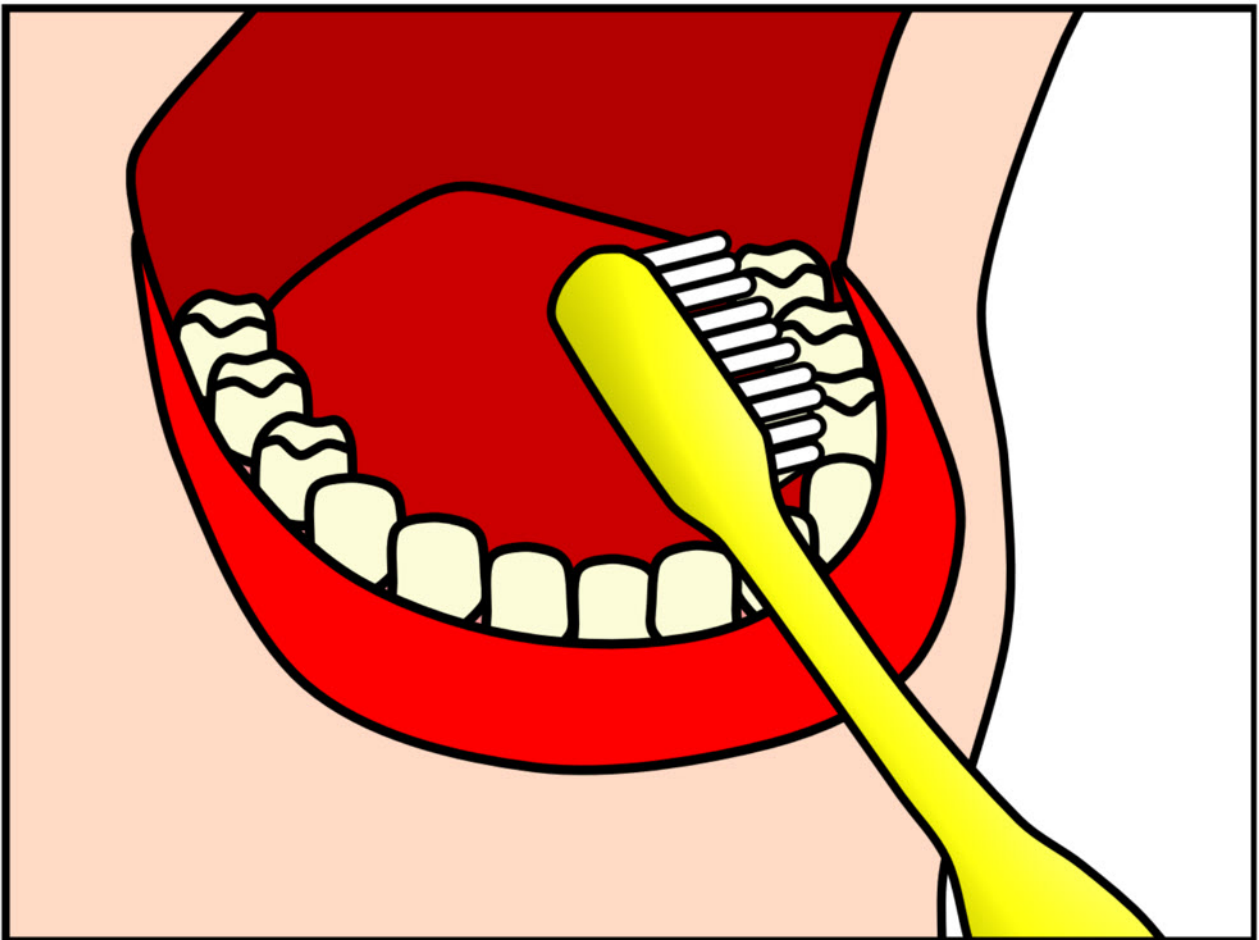
3 Borsta försiktigt
tändernas utsida på 2
eller 3 tänder samtidigt.

För tandborsten fram
och tillbaka.

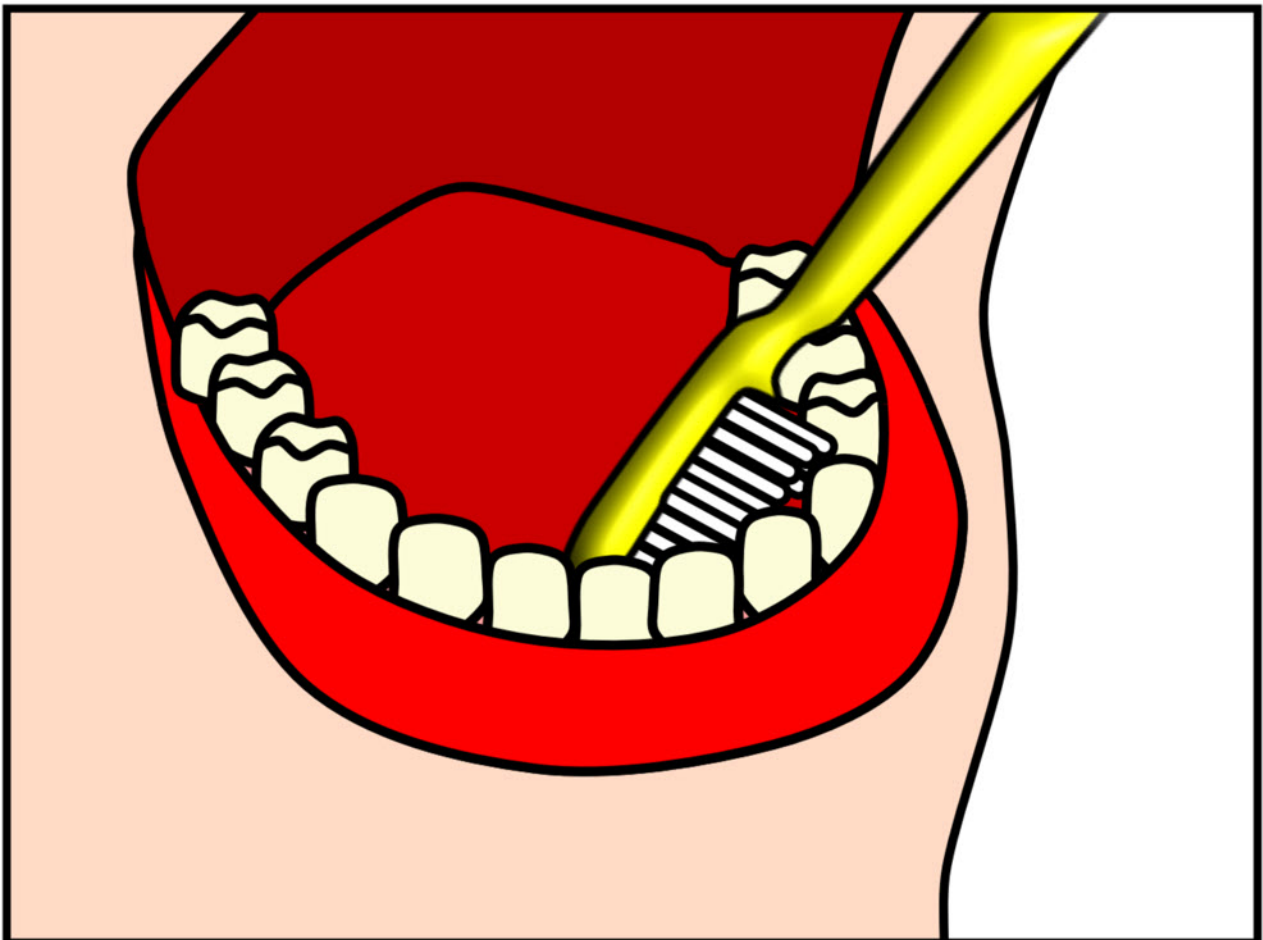


Borsta sedan försiktigt
insidan av tänderna
4 ända till tandköttskanten.

Borsta 2 eller 3 tänder
samtidigt.



5 Borsta insidan av dina
övre och undre
framtänder genom att
vinkla tandborsten
uppåt eller nedåt.



Borsta slutligen försiktigt
tuggytan på dina tänder.

6

Spotta till slut ut
tandkrämen som är kvar.

