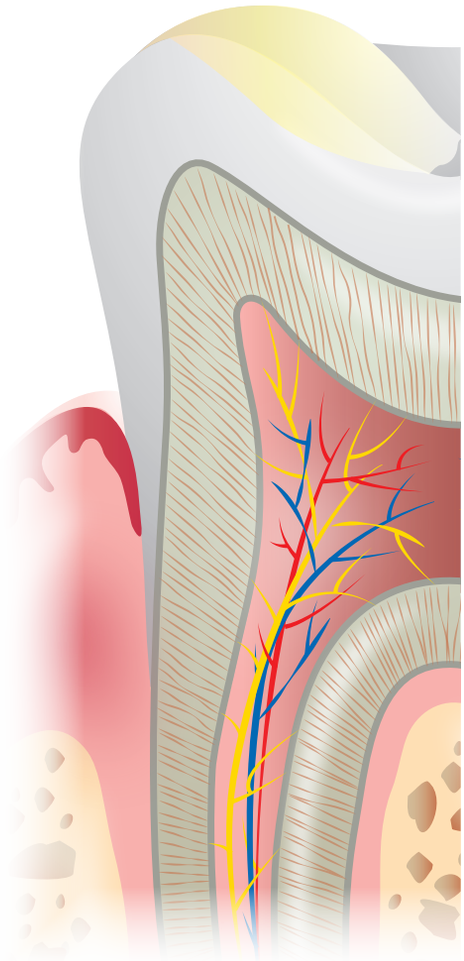
Fluorida untuk kesehatan gigi dan mulut

1. MENGAPA KITA MEMBUTUHKAN FLUORIDA DALAM PASTA GIGI?

Saat ini, banyak orang mencari produk alami. Beberapa diantaranya ingin mengetahui peran fluorida dalam air minum dan manfaar fluorida dalam kandungan pasta gigi. Jadi, mengapa dokter gigi merekomendasikan pasta gigi berfluorida?



2. FAKTA YANG PERLU ANDA KETAHUI

- Efektivitas fluorida untuk kesehatan gigi dan mulut sudah lama diketahui, fluorida dianggap sebagai "salah satu dari sepuluh pencapaian kesehatan masyarakat terbesar pada abad ke-20" oleh *Centers for Disease Control and Prevention*
- Banyak orang tidak menyadari bahwa fluorida memiliki kemampuan untuk mencegah kerusakan gigi – hampir 100 studi selama 6 dekade telah menunjukkan efektivitas fluorida
- Fluorida adalah mineral alami yang ditemukan dalam air

Cara fluorida melindungi gigi Anda

- Fluorida memperkuat dan membantu perbaikan email gigi (remineralisasi)
- Meningkatkan ketahanannya terhadap kerusakan gigi
- Dan mengurangi jumlah asam yang dihasilkan dari bakteri pada gigi
- Fluorida dapat membantu mencegah terjadinya gigi berlubang

3. FLUORIDA ADALAH BAGIAN PENTING DARI KESEHATAN GIGI DAN MULUT YANG BAIK

Fluorida sangat penting sehingga *World Health Assembly* mengeluarkan resolusi bahwa akses universal ke fluorida untuk pencegahan gigi berlubang menjadi bagian dari hak dasar kesehatan manusia.

Dokter gigi menggunakan gel dan *varnish* fluorida untuk memperkuat dan melindungi gigi.

4. PILIH PASTA GIGI BERFLUORIDA YANG ANDA BUTUHKAN

Dewasa – pastikan pasta gigi Anda memiliki konsentrasi fluorida antara 1.000–1.500 ppm.

Ludahkan sisa pasta gigi di dalam mulut, hindari berkumur agar fluorida bertahan lebih lama di gigi.

Anak-anak – pastikan pasta gigi Anak-anak memiliki konsentrasi fluorida tidak lebih dari 1.000 ppm karena Anak-anak membutuhkan kandungan yang lebih rendah. Arahkan anak-anak untuk meludahkan sisa pasta gigi mereka, dan tidak menelannya.

Buatlah permainan agar kegiatan menyikat gigi menjadi lebih menarik; siapkan kebiasaan baik dalam menjalani kehidupan dan lindungi keluarga Anda dari gigi berlubang.

Dipersembahkan oleh Pepsodent