



**ZÄHNE PUTZEN  
MIT KAI!**

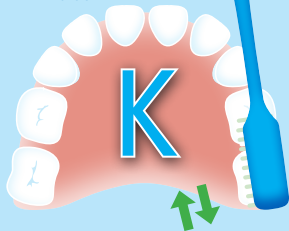
smile4kids®

MVZ für Kinderzahnmedizin  
& Kieferorthopädie

Klotzstraße 13 • 40721 Hilden  
Termin vereinbaren: Tel. 0800 3957000 (kostenfrei)  
Behandlungszeiten: Mo. - Fr. 8.00 bis 18.30 Uhr

**K =**

Kauflächen  
sanft schrubben,  
Bürste vor- und  
zurück



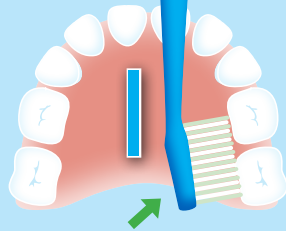
**A =**

Außenflächen  
kreisend  
putzen



**I =**

Innenflächen  
gründlich  
auswischen



Du möchtest super saubere Zähne haben? Kein Problem. Du brauchst: eine Zahnbürste, Kinderzahnpaste mit Fluorid und einen Zahnputzbecher mit warmem Wasser.

### 1. Kauflächen sanft schrubben.

Spüle Deinen Mund mit warmem Wasser kräftig aus, um grobe Speisereste zu entfernen.

Schrubbe nun erst die oberen Kauflächen durch sanftes Hin- und Herbürsten, danach die unteren.



### 2. Außenflächen kreisend putzen.

Stelle Deine Schneidezähne aufeinander.

Putze nun in einer Kreisbewegung die Außenflächen Deiner Zähne. Beginne dabei am letzten Backenzahn und arbeite Dich sorgfältig mit kleinen Kreisen bis zur anderen Seite vor.

### 3. Innenflächen gründlich auswischen.

Putze nun die Innenflächen Deiner Zähne, indem Du an jedem Zahn gründlich von Rot (Zahnfleisch) nach Weiß (Zahn) wischst.

Nach dem Putzen: Zahnpaste ausspucken, aber nicht mit Wasser ausspülen – und schon sind Deine Zähne super sauber.

