วิธีดูแลรักษา แปรงสีฟัน

นำเสนอเมื่อ : 17 ก.พ. 2552

วิธีดูแลรักษาแปรงสีฟัน

- อย่าใช้แปรงสีฟันร่วมกัน เพราะการใช้แปรงร่วมกัน โอกาสสัมผัสกับน้ำลาย เลือด ของอีกคนได้ง่ายมาก ๆ เสี่ยงต่อการติดเชื้อโดยตรง

- ล้างขนแปรงด้วยน้ำก๊อก หลังจากแปรงฟันเสร็จ เพื่อเอายาสีฟันที่ค้างและสิ่งสกปรกออก แล้ววางให้ตั้งตรง ให้ขนแปรงถูกอากาศพัดให้แห้ง หากมีแปรงหลายอัน ก็อย่าให้ขนแปรงมาชนกันหรือสัมผัสกันเพื่อป้องกันการปนเปื้อน

- อย่าเก็บแปรงในกล่องปิด เพราะแบคทีเรียจะเจริญเติบโตได้ดีในที่ชื้น ๆ แต่ถ้าขนแปรงถูกอากาศก็จะไม่เปียก แบคทีเรียไม่ชอบ

- ควรเปลี่ยนแปรงสีฟันทุก ๆ 3-4 เดือน อย่าใช้แปรงจนขนแปรงบาน เพราะประสิทธิภาพในการขจัดเอาเศษอาหารจะลดลง แถมยังอาจทำร้ายเหงือกอีกด้วย

รู้อย่างนี้แล้วก็เก็บรักษาแปรงสีฟันให้ดี ๆ เพื่อห่างไกลจากแบคทีเรีย

ที่มา http://health.deedeejang.com/news/457.html