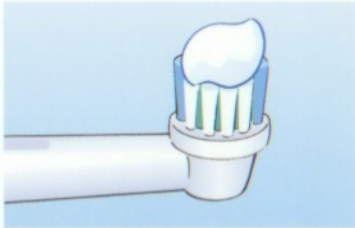


# Tipps und Tricks für gründliche Mundhygiene

Mundpflege mit System von Oral-B



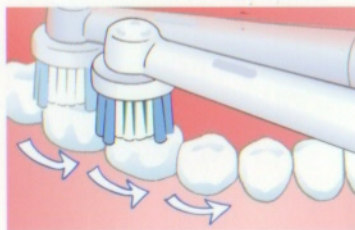
**1. Zahncreme auftragen:** Verwenden Sie Zahncreme Ihrer Wahl. Schalten Sie das Gerät erst ein, wenn Sie die Bürste an die Zähne geführt haben – so vermeiden Sie Verspritzen der Zahncreme.



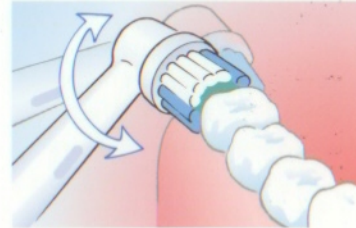
**2. Außenseiten:** Setzen Sie die Bürste gerade an und fahren Sie langsam am Zahnfleischrand entlang. Verweilen Sie für einige Sekunden auf jedem Zahn. Durch An- und Abwinkeln des Kopfes reinigen Sie auch die Zwischenräume.



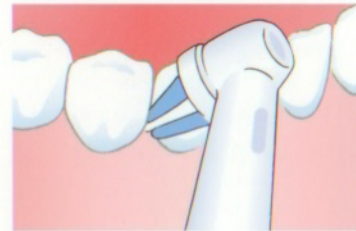
**3. Innenseiten:** Führen Sie die Bürste langsam von Zahn zu Zahn an den Innenseiten entlang. Verweilen Sie etwas länger an den unteren Schneidezähnen, hier bildet sich besonders leicht Zahnstein.



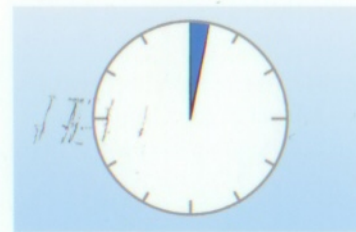
**4. Kauflächen:** Putzen Sie nun die Kauflächen – auch hier wieder langsam und einige Sekunden lang pro Zahn.



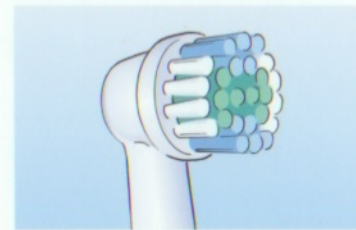
**5. Backenzähne:** Vergessen Sie nicht die Hinterflächen der letzten Backenzähne. Sie sind mit dem kleinen, runden Bürstenkopf einfach und bequem zu erreichen.



**6. Zahnzwischenräume:** Benutzen Sie zur besonders gründlichen Reinigung der Zahnzwischenräume Interspace®-Aufsteckbürsten, die als Zubehör erhältlich sind. Bitte verwenden Sie zusätzlich Zahnseide.



**7. Putzdauer:** Putzen Sie mindestens 2 x täglich 2 Minuten. Der runde Bürstenkopf und hochfrequente Bewegungen reinigen schonend und effizient – leichtes Aufdrücken genügt.



**8. Bürste wechseln:** Die blauen INDICATOR®-Borsten zeigen durch Verblässen nach 3–4 Monaten an, dass der Bürstenkopf gewechselt werden sollte.