

2026世界口腔健康日

“汇笑牙防”

口腔健康青少年创新实验室



健康口腔
幸福生活

3月20日

让我们把欢乐
带到每一处!

#WOHD25
#HappyMouth



上海市徐汇区口腔医院
上海市徐汇区牙病防治所
SHANGHAI XUHUI DISTRICT STOMATOLOGICAL HOSPITAL
SHANGHAI XUHUI DISTRICT DENTAL CENTER



如何保持健康的笑容 为孩子们准备!

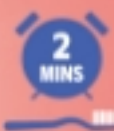
你知道吗? 拥有美好的一天从拥有健康的笑容开始
遵循 Toothie 的建议, 让你的笑容保持活力, 每天都感觉神采奕奕!



每天早晚刷牙



使用含氟牙膏。



每次刷牙2分钟,
确保刷到所有牙面。

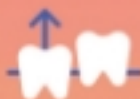


刷牙后, 吐出泡沫,
尽量不要漱口。

定期看口腔医生



口腔医生会让你张大嘴巴。



口腔医生会检查你的牙齿
生长是否正常。



口腔医生会帮助你保持
牙齿的清洁和健康。

吃健康食物, 避免含糖饮料



太多的糖对每个人都有害。



如果你经常在两餐之间喝含
糖饮料、吃不健康的零食,
会导致你的牙齿出现龋洞。



当我们食用健康的食物和饮
料时, 我们的口腔会更健
康, 身体会更强壮。

