

## Что такое звуковая и ультразвуковая зубная щетка?

Зубные щетки бывают трех разновидностей:

- механические (обычные);
- звуковые;
- ультразвуковые.



**Обычная электрическая щётка** удаляет зубной налёт путём банального трения щетинок о зубную эмаль и дёсны.

**Звуковая электрическая щётка** — это гораздо более продвинутый вариант.

**Ультразвуковая щётка** вырабатывает ультразвуковые волны сверхвысокой частоты, передающиеся, как и в звуковой щётке, на щетинки.

### Как правильно чистить зубы?

Чистить зубы необходимо 2 раза в день - утром и вечером (после еды).

Ежедневно чистя зубы, мы проводим своеобразную уборку, убираем остатки пищи, слизь, остатки рогового эпителия; улучшаем питание тканей пародонта, в результате повышается сопротивляемость различным инфекциям. Для того чтобы зубы всегда были здоровы, нужно правильно чистить зубы и выбрать щетку.

Также важно посещать стоматолога, желательно каждые полгода. Следует помнить, что зубной налет может иметь место не только в силу неправильной чистки, он может быть следствием вредной привычки курения, чрезмерного употребления кофе.



Желательно почистить от налета спинку языка, после чего завершить процедуру полосканием. Не следует забывать об ополаскивателях для полости рта. Их использование после чистки уменьшает количество налета, что снижает риск развития многих стоматологических заболеваний.