



# A jó szájhigiéna megőrzése jó ÖNNEK és jót tesz a környezetnek

## Fenntarthatóság a fogászatban

Kis változtatásokkal **Ön** is segíthet csökkenteni a környezetre gyakorolt hatásunkat

A helyes szájhigiénés rutin és szokások elsajátításával és követésével a környezetét is védi.

## Betegségmegelőzés



Naponta kétszer, 2 percig mosson fogat. Mindennap végezzen fogköztisztítást. Használjon mindig fluoridos fogkrémet.



Kerülje a **cukros** és a **szénsavas, ízesített italok** gyakori fogyasztását.

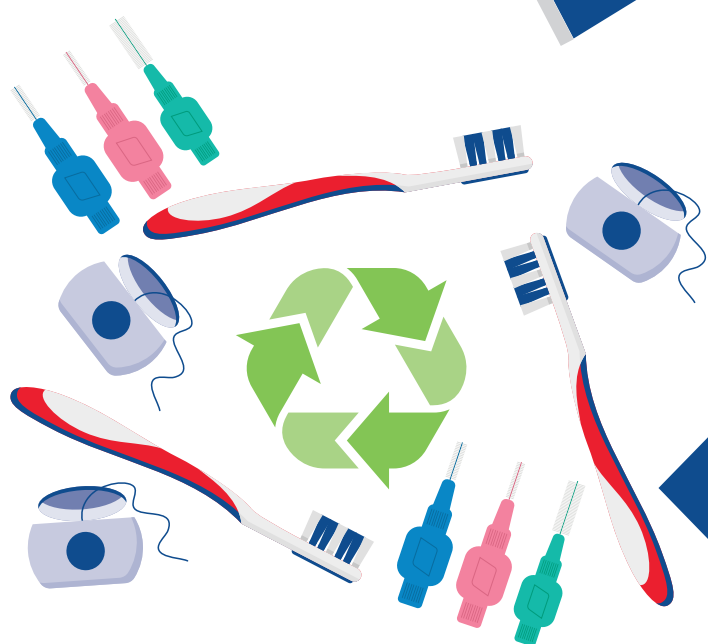
Mérsékelje az alkoholfogyasztást és **szokjon le a dohányzásról** (beleértve az elektromos cigarettát és egyéb dohánytermékeket).



## Újrahasznosítás

Válasszon fenntartható anyagból készült és abba csomagolt fogkefét és fogkrémet.

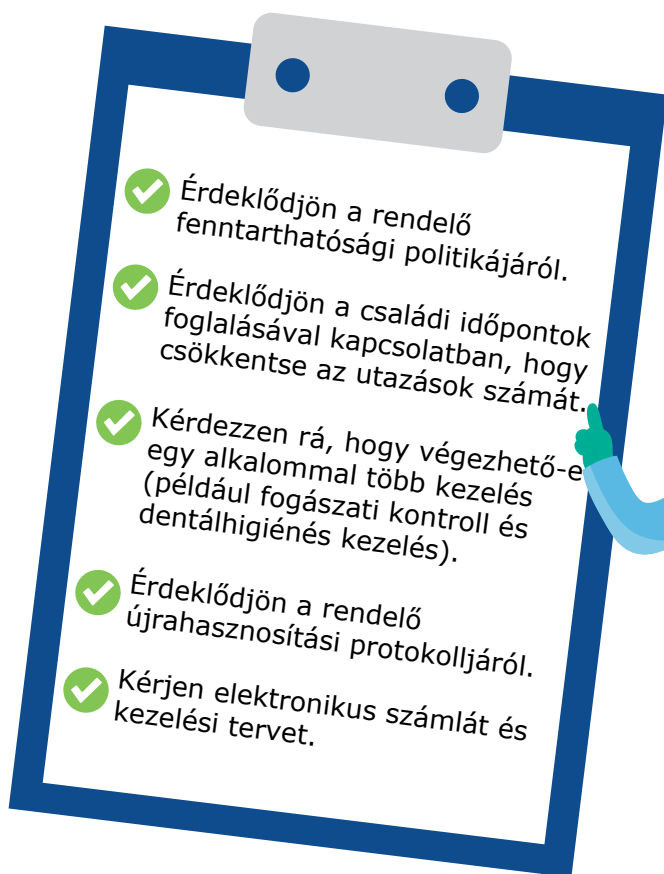
**Hasznosítsa újra** fogkefjét, a fogkrémes tubust és azok csomagolását, **ha lehetséges**.



## TAKARÉKOSKODJON A VÍZZEL!

Fogmosás közben **zárja el a csapot**. Fogmosás után nem szükséges öblíteni. A használt fogselymet a szemetesbe dobja, **ne a WC-be**.

## Fenntarthatóság népszerűsítése



**A fogászat hatással van a környezetre.**



## CO<sub>2</sub> kibocsátás csökkentése



Használja ki a **távfogászat** és a **mobil fogászat** előnyeit.

Ha teheti, válassza a **tömegközlekedést, kerékpározást** vagy érkezen **gyalog** a kezelésekre.



A Fenntarthatóság a fogászatban projekt öt alapító partnere a Colgate, a GSK Consumer Healthcare, a Procter & Gamble, a Dentsply Sirona és a TePe.

A tartalom kidolgozását a Fenntarthatóság a fogászatban Munkacsoport végezte: N. Martin, J. Zenk, S. Darteville, S. Mulligan

