

Primeri ostalih objavljenih nalog s kodirnimi shemami

ŠČETKANJE ZOB

Postajajo naši zobje res vse čistejši, če jih ščetkamo dlje in močneje?

Britanski raziskovalci pravijo, da ne. Preizkusili so več različnih pristopov in odkrili idealen način za ščetkanje zob. Najučinkovitejše je dvominutno ščetkanje, vendar zob ne smemo ščetkati premočno. Če jih premočno drgnemo s ščetko, si poškodujemo zobno sklenino in dlesni, pri tem pa ne odstranimo ostankov hrane ali zobnih oblog.

Strokovnjakinja za ščetkanje zob Bente Hansen svetuje, naj zobno ščetko držimo tako kot pisalo. "Začnite na enem koncu in preščetkajte vso vrsto," pravi. "Pa tudi na jezik ne pozabite! Na njem je lahko ogromno bakterij, ki utegnejo povzročiti zadah."

