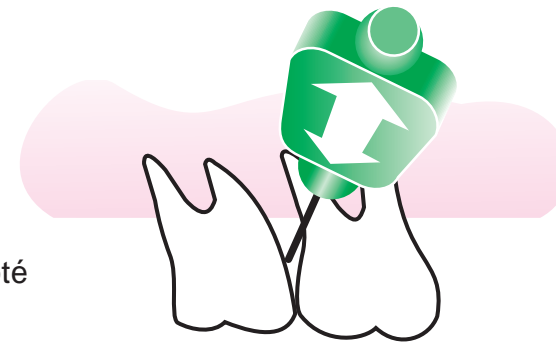


SPACE ARK-D

How to get the best results and daily diary

Instructions pour les patients

Avance d'un balai espace de chaque couleur qui a été prescrit pour vous. Placez votre SPACEMARK-D personnels plan dans un endroit commode, par exemple en face de votre miroir de salle de bains. Votre plan montre les dents et les espaces sur le côté droit sur le côté droit de la page: à gauche se trouve sur le côté gauche de la page. Adopter une approche systématique, afin que chaque espace entre les dents est nettoyé avec une brosse de taille correcte.



SPACEMARK-D vous recommande de commencer dans l'espace entre vos dents de devant (incisives centrales) et marqué R1-L1 sur votre dossier personnel. Propreté cet espace en utilisant le pinceau espace correct de couleur en utilisant un avant et en arrière brossage proposition de 3 ou 4 fois. Puis passer au prochain espace à l'arrière d'un côté de votre bouche, puis la dent suivante retour, et ainsi de suite, jusqu'à ce que vous avez nettoyé chaque espace au cours du trimestre (quadrant) de votre bouche.

Retour à l'espace central et nettoyer le côté opposé (quadrant) de l'avant vers l'arrière comme avant. Puis changer pour l'autre mâchoire et répétez le processus. Lorsque les locaux sont marqués 'OK' et non pas de couleur, l'espace (s) est trop petit pour n'importe quelle taille de la brosse à traverser, et vous ne devriez pas tenter de les utiliser là-bas.

Enfin, vous rincer la bouche avec de l'eau. brosses à laver et sécher votre espace.

Dr Chris Turner

