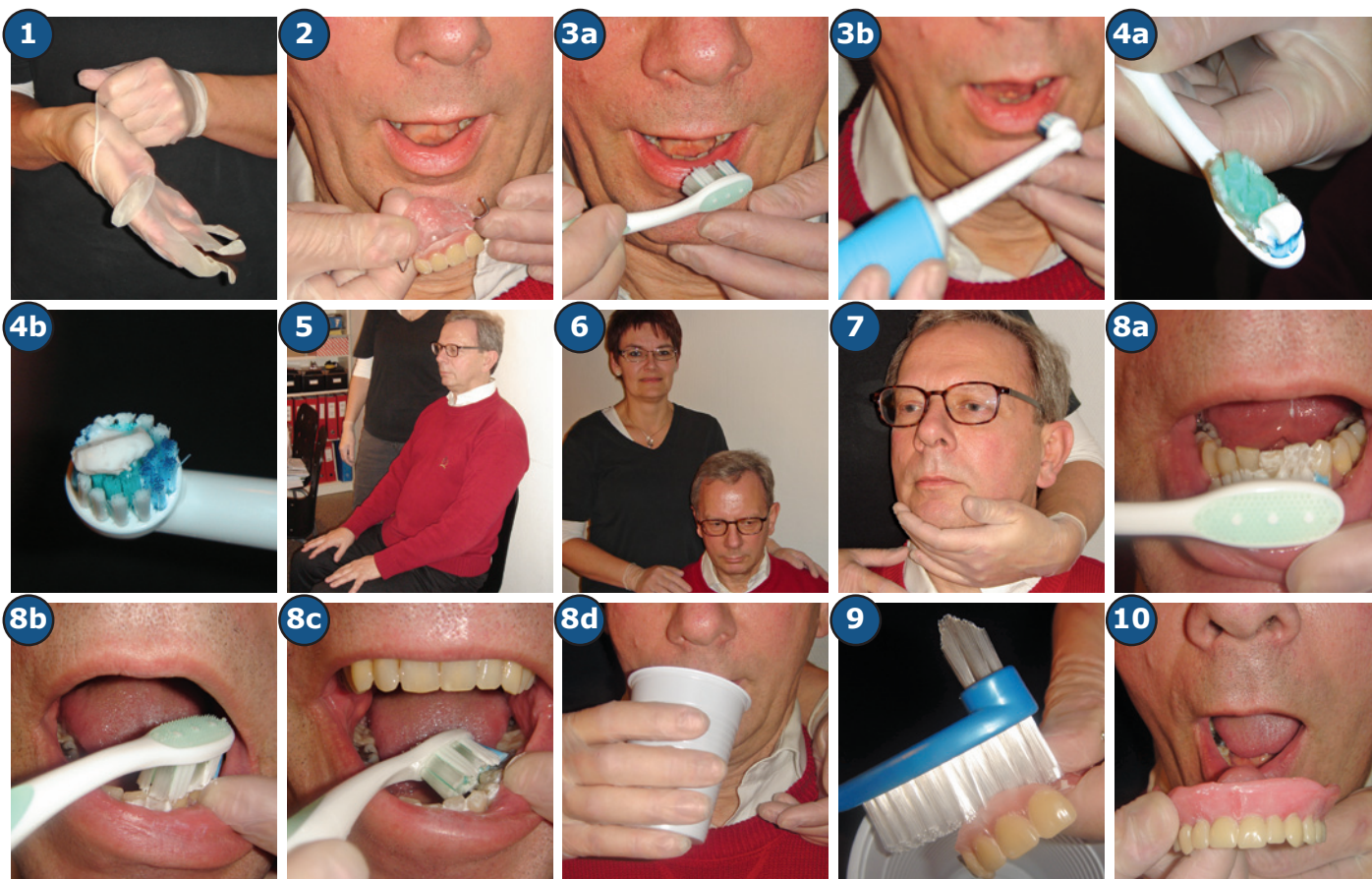


Sådan børster man tænder på en anden person

1. Tag handsker på.
2. Tag løse proteser ud først.
3. Brug en lille, blød tandbørste ('Junior-model') – eller meget gerne en elektrisk tandbørste.
4. Kom en ikke for stor klat tandpasta på tandbørsten; brug fluortandpasta, med 1.450 p.p.m.
5. Lad borgeren sidde godt i sin vaskestol, kørestol eller anden stol.
6. Stil dig bag borgeren, så du står godt.
7. Støt borgerens hage og hold hovedet ind til dig; gerne kropskontakt.
8. Børst tænderne med små roterende bevægelser af tandbørsten (i alt ca. 2 minutter)
 8. a På yderfladen.
 8. b På tyggefladen.
 8. c På inderfladen.
 8. d Skyl borgerens mund med kun lidt vand (skyl ikke al den virksomme fluor ud).
9. Rengør løse proteser (se evt. HjemmeTandlægens særlige instruktionsark om rengøring af proteser).
10. Sæt proteser på plads.



Det er bedre at børste én gang grundigt pr. dag end 2 gange hurtigt
Det er vigtigst at børste om morgenen – og gerne før morgenmaden
Børst borgerens tænder minimum 1 gang om dagen – og gerne mere

Forslag eller kommentarer: Kontakt HjemmeTandlægen: info@hjemmetandlaegen.dk eller tlf. **70 275 285**

