Когда жевательную резинку можно жевать?

* После еды

Жевательная резинка вычищает

жевательную поверхность зубов.

Жевание резинки полезно как

для гигиены полости рта, так и

для улучшения состояния десен.

* Для свежести дыхания
* Вас укачивает в автомобиле?

Пожуйте жвачку и тошнота

отступит.

* Можно использовать во время

путешествия на самолете.

Жевание жвачки и, как следствие,

глотание слюны помогут при

закладывании ушей.
Но и злоупотреблять жвачкой не стоит. Достаточно 10-15 минут, чтобы освежить

дыхание и насладиться её вкусом.

Почему нельзя злоупотреблять жевательной резинкой?

* Жевать резинку перед приемом пищи и между едой нежелательно, поскольку в этом случае вырабатывается избыточный желудочный сок. И если жевание входит в привычку, то оно может стать причиной гастрита.
* Постоянное жевание может вызвать различные заболевая десен, стирание зубов.
* У детей, не выпускающих "жвачку" изо рта, снижается уровень интеллекта. Резинка не дает возможности сосредоточиться, притупляет внимание и ослабляет процесс мышления.

Какую жевательную резинку лучше покупать?

В наше время жевательная резинка изготовляется разных цветов и всевозможных вкусов. Врачи рекомендуют использовать жевательную резинку, где вместо сахара используется его заменитель. Такая жевательная резинка наименее вредна для зубов.

Жуя жевательную резинку, не забывайте о культуре поведения. Жевать резинку постоянно, в театре, на работе, в школе, разговаривая с людьми просто неприлично.

После жевания резинку следует выбросить в мусорное ведро, а не приклеивать к столу или стулу, как это делают некоторые ребята. Представьте, что будет с вашей одеждой, если вы сядете на стул или облокотитесь на стол с приклеенной жвачкой...

И самое главное, необходимо помнить: ни одна жевательная резинка не заменяет обязательную двухразовую чистку зубов щеткой.

Буклет приготовила: ученица 4 В класса

Муханова Дарья

Классный руководитель: Осокина О.А.

ВЫ ЛЮБИТЕ

ЖЕВАТЕЛЬНУЮ РЕЗИНКУ?

ТОГДА НАШИ СОВЕТЫ ДЛЯ ВАС.

