



Halloween en octobre, sans carie en novembre

Vos enfants reviendront à la maison avec un sac rempli de friandises. Se sucrer le bec à l'occasion ne nuit pas à la santé dentaire si certaines précautions sont prises :

- Manger du fromage comme collation. Le fromage diminue l'action des microbes.
- Prendre les sucreries au moment du repas plutôt qu'en collation protège les dents.
- Si on n'a pas la brosse à dents sous la main, faire rincer la bouche avec de l'eau ou manger des aliments croquants (les pommes, les carottes et le céleri).
- Bien brosser les dents deux fois par jour.

Alors, bon Halloween aux petits... comme aux grands !!!

Hygiénistes dentaires
CLSC Châteauguay