

 Всемирный день здоровья полости рта (World Oral Health Day) отмечается ежегодно **20** **марта**. Основная его задача — обратить внимание общественности на важность здоровья и гигиены полости рта. Около 90% населения Земли в течение своей жизни сталкиваются с теми или иными заболеваниями ротовой полости, но многие из них можно предотвратить, если позаботиться о гигиене.

**Правила гигиены ротовой полости**

1 Зубы необходимо чистить 2 раза в день — утром и вечером.

2.Каждый день следует использовать зубную нить для удаления застрявших остатков пищи между зубами.

3.Проходить регулярно профилактические осмотры у стоматолога — хотя бы 1 раз в полгода.