

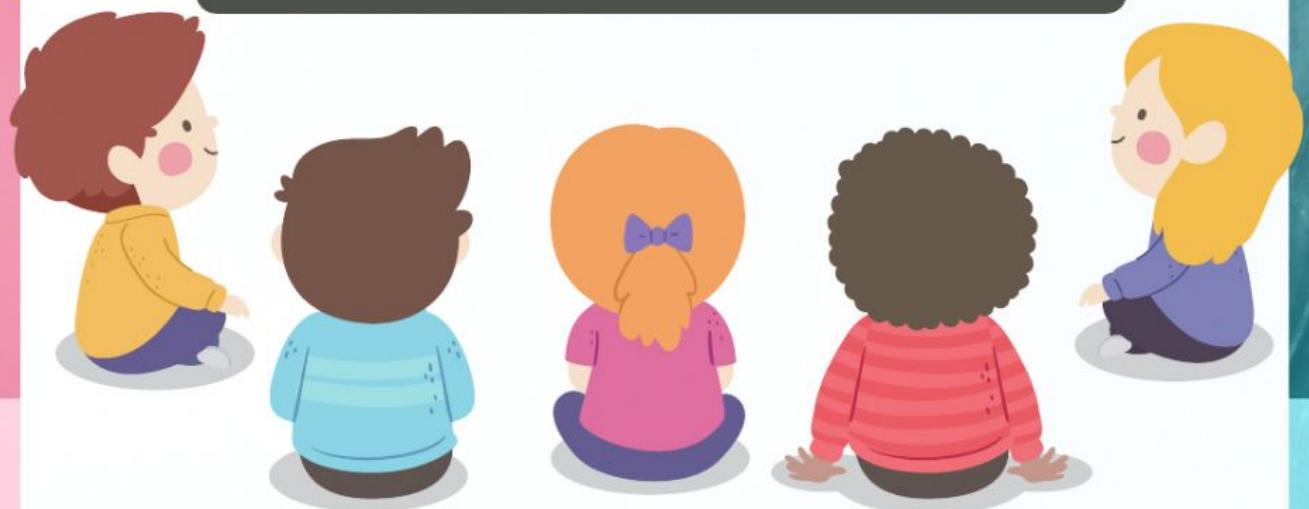
KELAB DOKTOR MUDA

PENJAGAAN ASAS KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT

NAMA MURID :

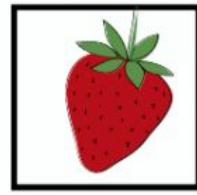
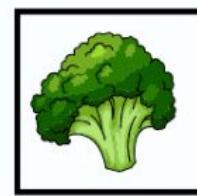
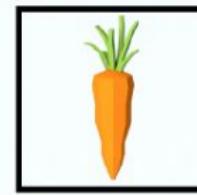
KELAS :

Sila tonton video di bawah. Kemudian jawab semua soalan.



Jawab semua soalan di bawah

I. Labelkan makanan di bawah dalam kumpulan makanan yang betul



2. Tandakan (/) bagi langkah penjagaan gigi yang betul.

a) Kita mestilah menggosok gigi sekurang-kurangnya 2 kali sehari



b) Kita mestilah mendapatkan pemeriksaan gigi di klinik gigi setiap 6 tahun



c) Kita tidak boleh berkongsi berus gigi dengan orang lain tetapi boleh berkongsi berus gigi dengan adik beradik



d) Gunakan ubat gigi yang berfluorida



e) Banyakkan makan buah-buahan



f) Berkumur setiap kali selepas makan



g) Kurangkan makan makanan manis dan melekit



h) Gunakan dental floss sekurang-kurangnya sekali seminggu



3. Lengkapkan ayat-ayat di bawah dengan jawapan yang sesuai.

- a) Gosok gigi dua kali sehari _____ dan sebelum tidur pada waktu malam.
- b) Pilihlah berus gigi yang bersaiz sederhana dan mempunyai berus yang berbulu _____
- c) Gantikan berus gigi setiap _____ sekali.
- d) Makanan manis dan _____ akan menyebabkan kerosakan gigi.
- e) Ubat gigi yang digunakan mestilah mempunyai _____ bagi memastikan gigi kekal sihat.

