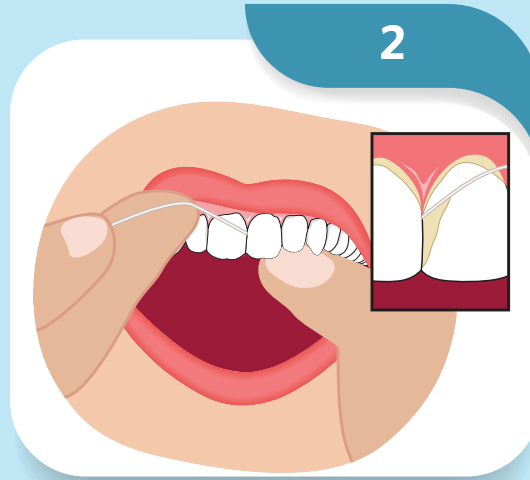


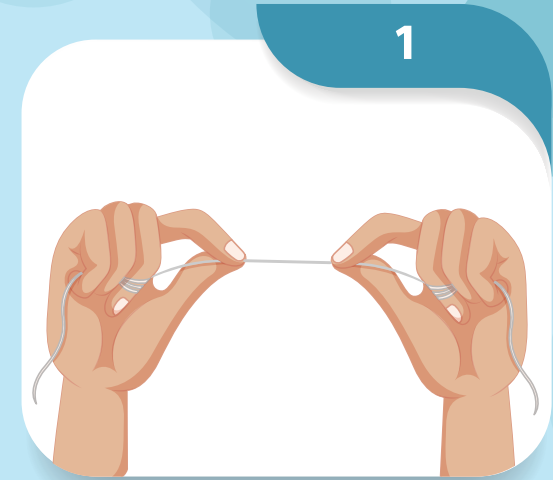
# كيفية استخدام خيطة الأسنان



كرر الاجراء بلطف لجميع الأسنان وتذكر  
خلف الضرس الخلفي في جميع أجزاء  
الفم وتأكد من الابتعاد عن جرح اللثة



استعمل الابهام لإرشاد الخيط مابين الأسنان وباشر  
بتحريك الخيط حول السن للاعلى والأسفل بطريقة  
حلزونية حتى الخط اللثوي كما في الصورة



لف حوالي 18 بوصة من الخيط حول  
أصابع اليدين الوسطى تاركا مسافة 1-2  
بوصة بين اليدين

