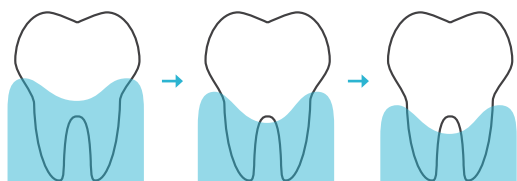


# Fai attenzione alle Recessioni

1

La recessione è una **retrazione delle gengive** che scopre la radice dei denti



2

**Gengive sottili, presenza di placca batterica e scorretto spazzolamento** dei denti sono le principali cause di recessione

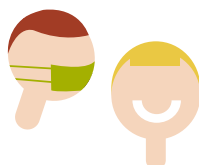
3

La recessione può rendere i **denti più deboli e sensibili**



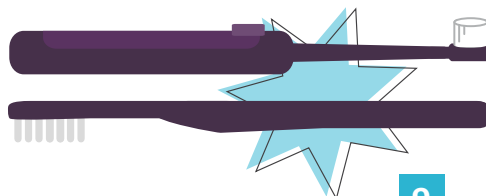
4

Se vedi le gengive che si ritirano, se hai sensibilità dentale al freddo, è **necessario un controllo dal dentista**



5

Lo **spazzolino elettrico**, usato correttamente, è più efficace di quello manuale e **non è causa di recessione**

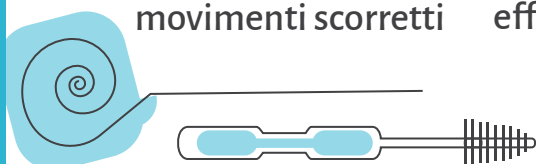


6

Usa uno **spazzolino con setole morbide**. Setole troppo dure possono causare o peggiorare la recessione

7

Passa il filo interdentale o lo scovolino in mezzo ai denti, ma stai **attento a non ferire le gengive** con movimenti scorretti



8

**Fatti consigliare e istruire dal dentista e dall'igienista dentale** su come pulire in modo efficace anche i denti con recessione

9

Fai attenzione ai **cibi e alle bevande acide**: possono aumentare la **sensibilità di denti** con recessione.

10

**Non fumare, mangia sano e fai attività fisica:** anche questo fa bene alle gengive!



**PER SAPERNE DI PIÙ**  
[www.gengive.org](http://www.gengive.org)