



إدارة الخدمات الطبية  
Medical Services Department

# النصائح المقدمة للعناية بأسنان كبار القدر

تزداد أهمية العناية بالأسنان  
مع التقدم في العمر

## لسلامتك تذكر..

- 1 زيارة طبيب الأسنان بانتظام
- 2 تناول غذاء صحي والإكثار من السوائل لتجنب جفاف الفم الناتج عن انخفاض إنتاج اللعاب أو بسبب الأدوية.
- 3 استعمال معجون أسنان يحتوي على الفلورايد لتقوية الأسنان من مخاطر التسوس.
- 4 استخدام خيط التنظيف أو فرشاة للتنظيف بين الأسنان.

إدارة الخدمات الطبية- عيادة الأسنان

[www.moi.gov.qa](http://www.moi.gov.qa)



moi\_qatar



moigovqatar



moigovqa