

# Hallo, ich bin's, dein Kroko!



Bei der Wahl der richtigen Zahnbürste solltest du vor allem darauf achten, dass sie einen dicken, rutschfesten Griff hat, damit du sie gut festhalten und gezielt führen kannst. Der Bürstenkopf sollte kurz (unter 2 cm) sein und am besten aus vielen Borstenbüschelein mit abgerundeten Borsten bestehen. Kunststoffzahnbürsten eignen sich besser als Naturborsten, da sich Bakterien in ihnen nicht so schnell einlagern. Nach dem Zähneputzen solltest du die Bürste gut ausspülen und zum Trocknen mit dem Bürstenkopf nach oben in den Zahnputzbecher stellen. Grundsätzlich empfiehlt sich, Zahnbürsten zumindest alle drei Monate zu erneuern. Wenn du schon etwas älter bist, sollte auch der Gebrauch von Zahnseide zum täglichen Zahnpflege-Ritual gehören.

*Dein Kroko*

**Informationen:**

[www.apollonia-noe.at](http://www.apollonia-noe.at)

