



Prévenir  
Ou  
Guérir

## **COCKTAIL HALEINE FRESH BLUE**

### **Ou comment éviter la mauvaise haleine**

Ingrédients :

- Une brosse à dents souple
- Du dentifrice
- Des brossettes inter dentaires, du fil dentaire
- Du bain de bouche

**Temps de préparation 10 bonnes minutes ! Facile à réaliser, lorsqu'il y a la motivation !**

Préparation :

Mettre un zeste de dentifrice sur la brosse à dents puis la faire travailler avec douceur, en la déplaçant de la gencive à la dent sur les faces externes, internes, et triturantes des dents.

Pour aller déloger la plaque dentaire sur les faces proximales des dents, utiliser, avec tendresse, les brossettes et le fil dentaire.

Ne pas oublier de brosser la langue.

**Haleine Fresh Blue, se consomme 2 fois par jour, matin et soir.**

Le soir, il est encore meilleur dégusté juste avant le coucher, avant de prendre un grand verre d'eau pour s'hydrater.

Le choix du dentifrice peut être important : demandez conseil à votre pharmacien

Parfois ce cocktail ne suffit pas. Il est nécessaire de consulter pour en rechercher d'autres causes.

