
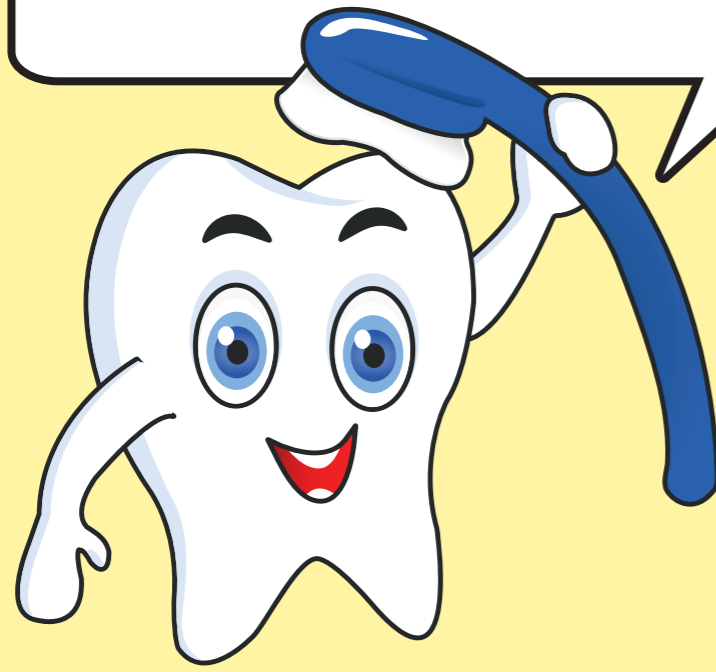


**GIGIKU  
BERSIH**



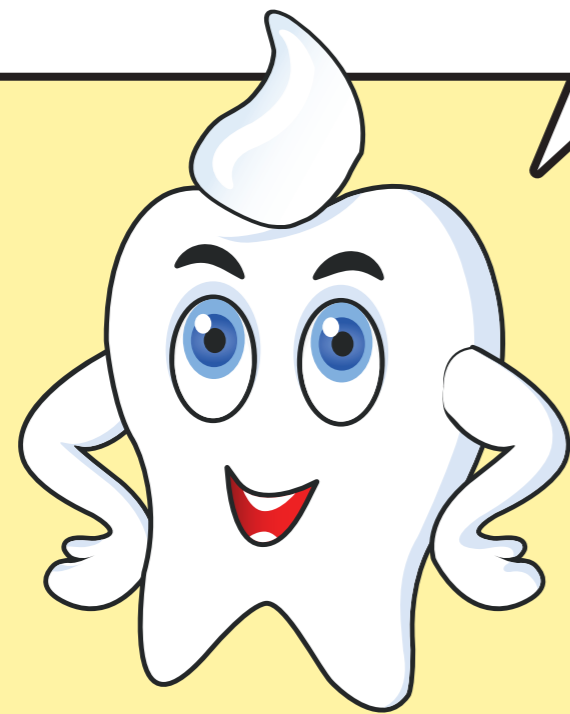
Pilih berus gigi yang lembut   
dan saiz sesuai untuk kanak-kanak.

Pilih berus gigi yang lembut  
dan saiz sesuai untuk kanak-kanak.



Letakkan ubat gigi sebesar kacang pis sahaja di atas berus gigi.

Letakkan ubat gigi sebesar kacang pis sahaja di atas berus gigi.



Mulakan di bahagian luar gigi. Berus bahagian luar gigi bermula dari garisan gusi dari atas ke bawah.

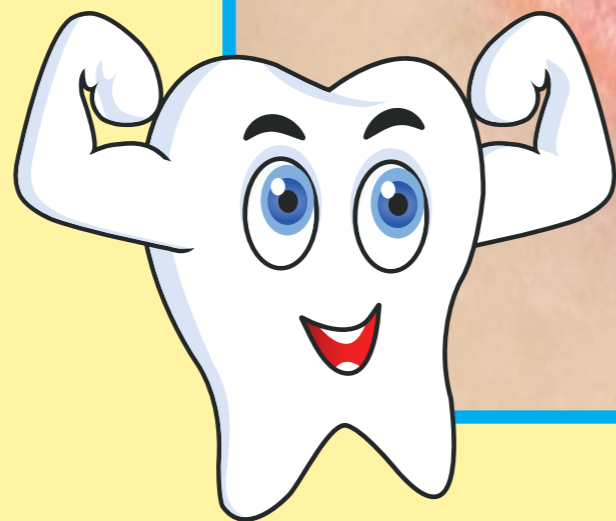
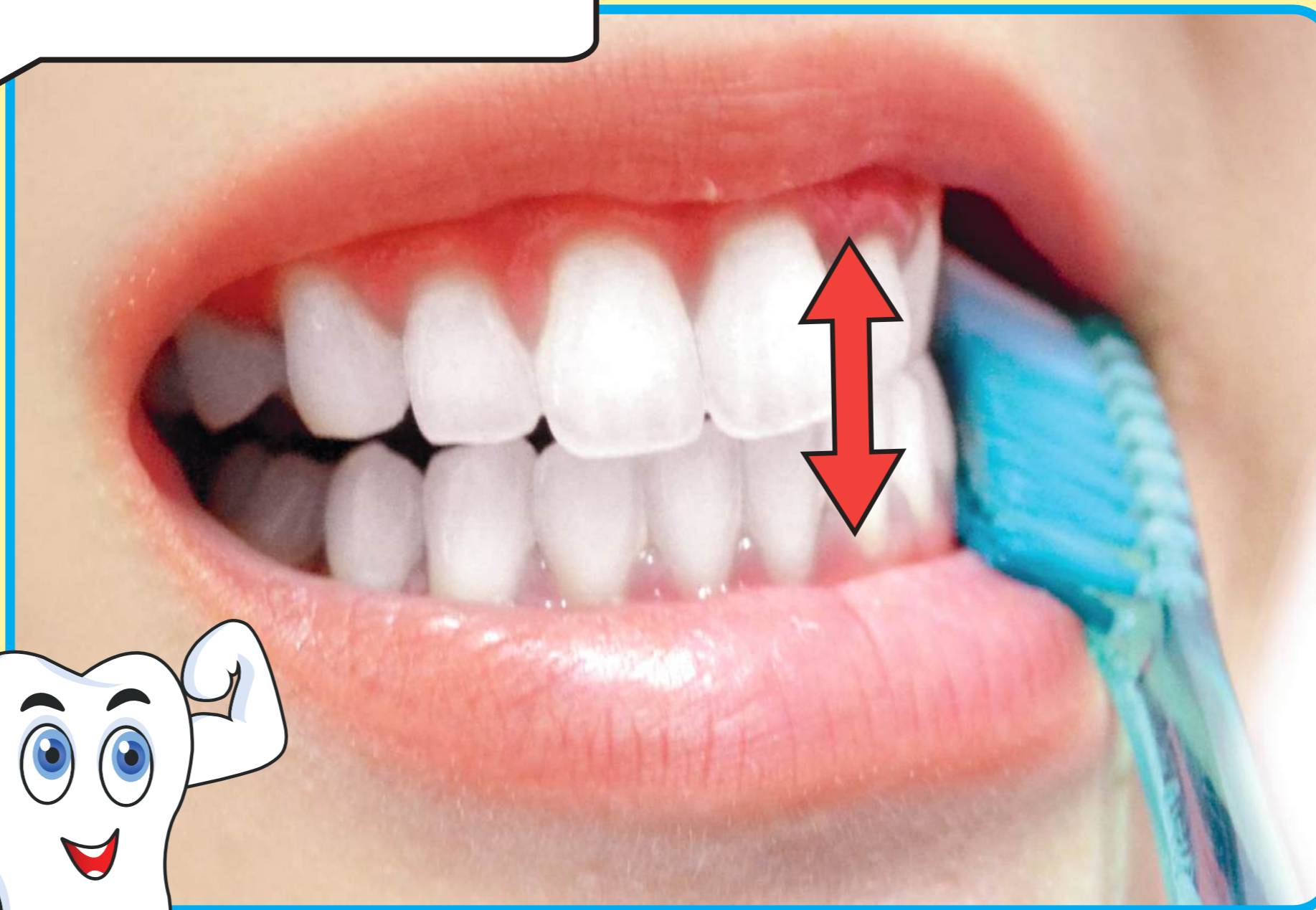
Mulakan di bahagian luar gigi. Berus bahagian luar gigi bermula dari garisan gusi dari atas ke bawah.



Ulangi pergerakan yang  
sama bagi gigi tepi.

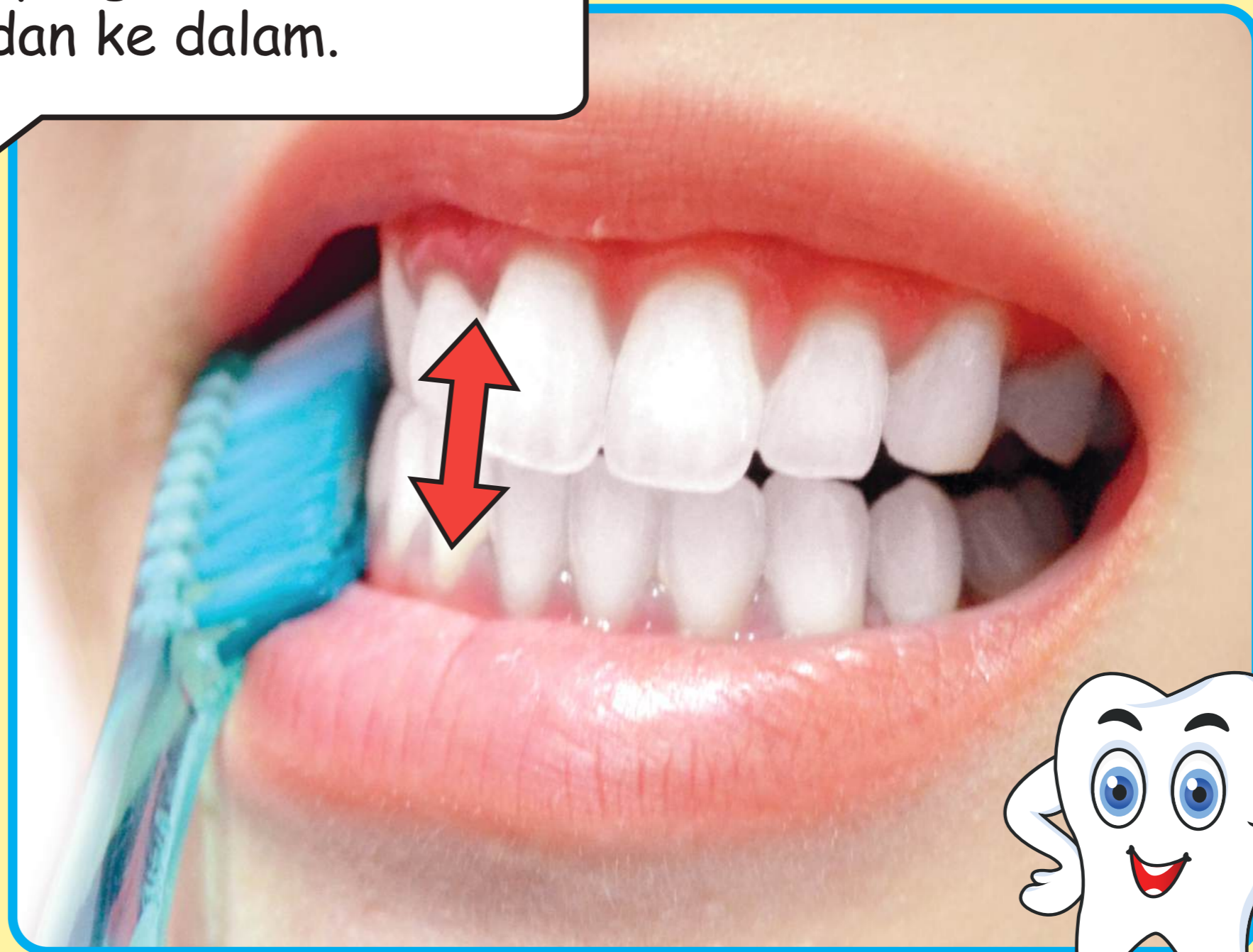
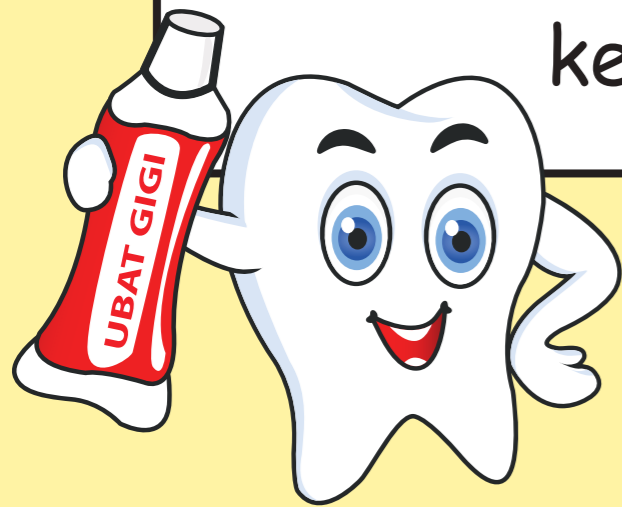


Ulangi pergerakan yang sama bagi gigi tepi.



Berus bahagian dalam gigi  
dengan pergerakan  
ke luar dan ke dalam.

Berus bahagian dalam gigi  
dengan pergerakan  
ke luar dan ke dalam.



Berus permukaan gigi yang digunakan  
untuk mengunyah juga dengan  
pergerakan keluar dan ke dalam

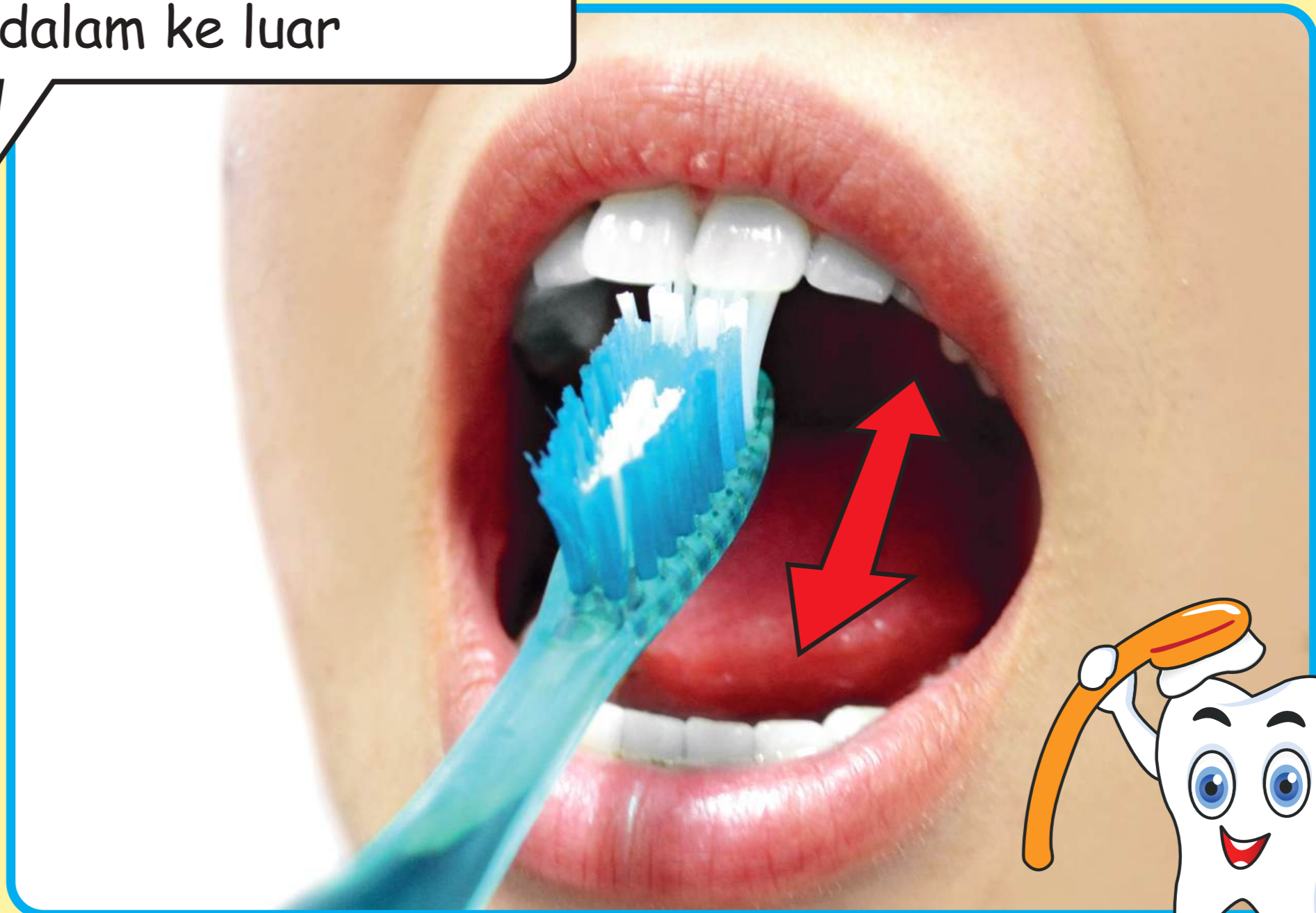


Berus permukaan gigi yang digunakan  
untuk mengunyah juga dengan  
pergerakan keluar dan ke dalam



Gunakan hujung berus untuk  
memberus bahagian dalam gigi  
hadapan dengan gerakkan  
tarik ke dalam ke luar

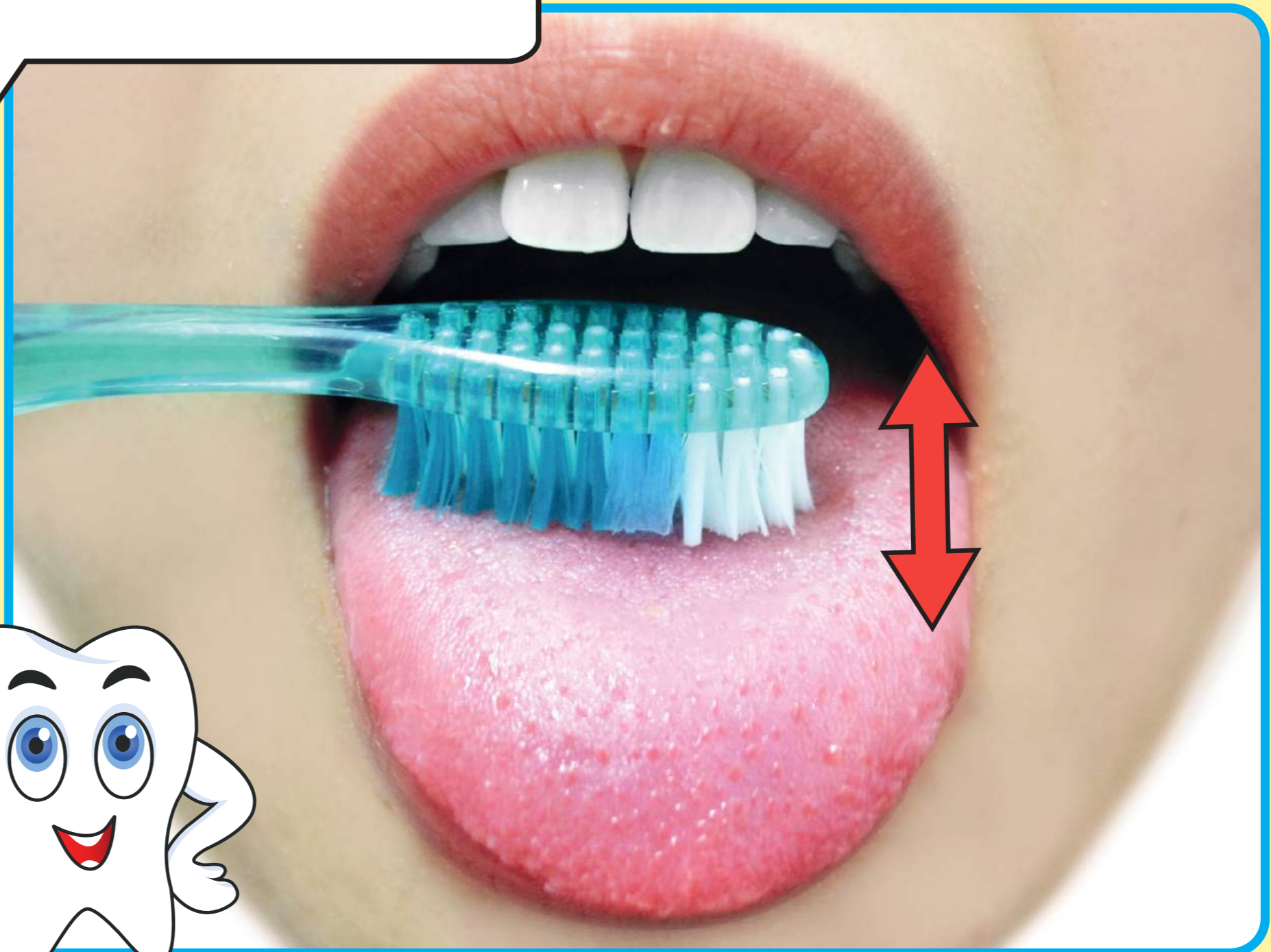
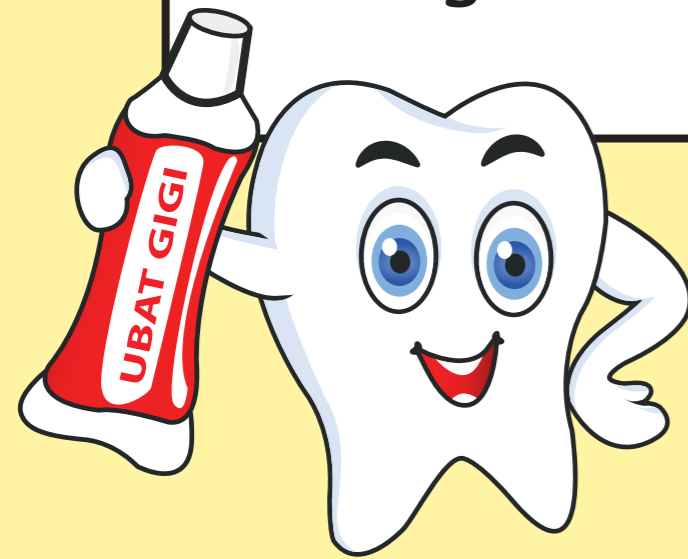
Gunakan hujung berus untuk memberus bahagian dalam gigi hadapan dengan gerakan tarik ke dalam ke luar



Berus lidah dengan  
gerakan dari dalam ke luar

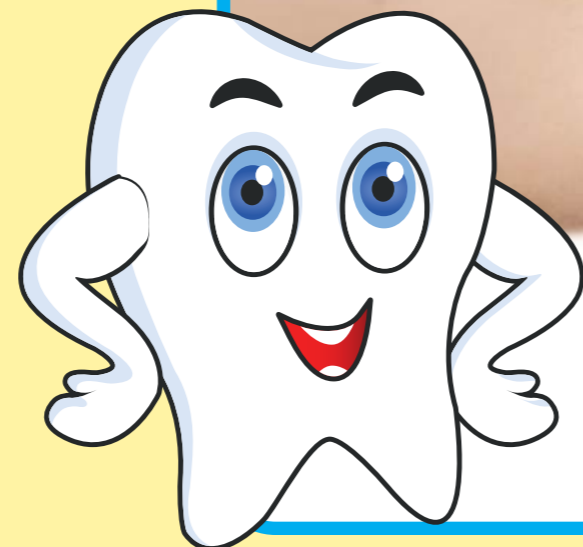
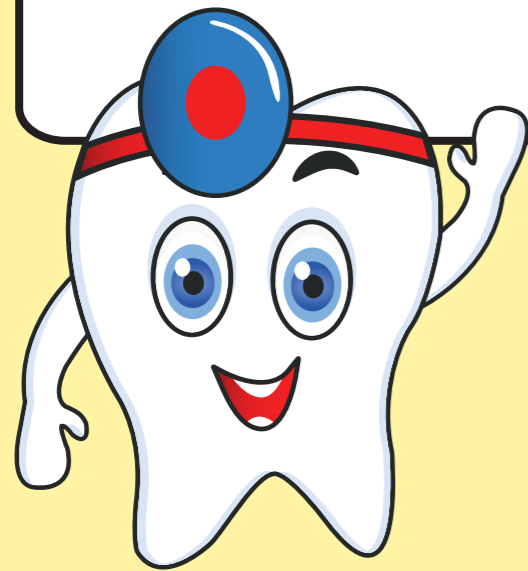


Berus lidah dengan  
gerakan dari dalam ke luar



Berkumur dengan  
air yang bersih

Berkumur dengan  
air yang bersih





KEMENTERIAN KESIHATAN  
MALAYSIA



KEMENTERIAN PENDIDIKAN  
MALAYSIA



KEMENTERIAN PEMBANGUNAN  
LUAR BANDAR MALAYSIA

**ABM/BB/KD/1.2.7**