
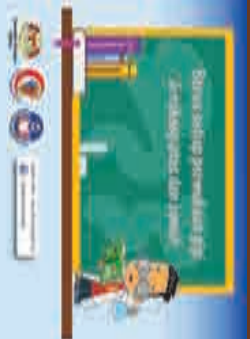





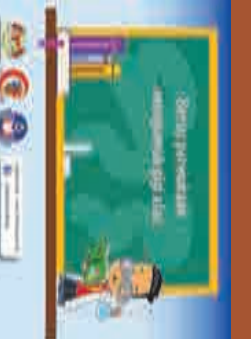





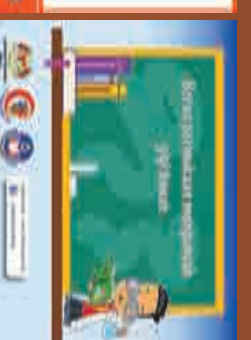






# LAPAN LANGKAH MEMBERUS GIGI DENGAN BERKESAN

1.  
2.  
3.  
4.  
5.  
6.  
7.  
8.  

Disiapkan oleh:  
Bahagian Kesihatan  
Kementerian Pendidikan Malaysia  
(KKKBW/2020/213)  
www.drmmuda.gov.my / www.rkmuda.gov.my



# KAD KILAUAN SIHAT



[www.drmmuda.gov.my](http://www.drmmuda.gov.my)  
: KelabDoktorMuda



# KAD KILAUAN SIHAT





Berus setiap permukaan gigi  
di rahang atas dan bawah



[www.dr Muda.gov.my](http://www.dr Muda.gov.my)

 : KelabDoktorMuda



# KAD KILAUAN SIHAT



Berus permukaan luar dan  
dalam di bahagian belakang  
gigi atas



Kementerian Kesihatan  
Malaysia



[www.dr Muda.gov.my](http://www.dr Muda.gov.my)

 : KelabDoktorMuda



# KAD KILAUAN SIHAT



# Berus bahagian luar dan dalam di bahagian hadapan gigi atas



Kementerian Kesihatan  
Malaysia



[www.dr Muda.gov.my](http://www.dr Muda.gov.my)

 : KelabDoktorMuda





# KAD KILAUAN SIHAT





# Berus permukaan mengunyah gigi atas



Kementerian Kesihatan  
Malaysia



[www.dr Muda.gov.my](http://www.dr Muda.gov.my)

 : KelabDoktorMuda



# KAD KILAUAN SIHAT



Berus permukaan luar  
dan dalam di bahagian belakang  
gigi bawah



Kementerian Kesihatan  
Malaysia



[www.dr Muda.gov.my](http://www.dr Muda.gov.my)

 : KelabDoktorMuda





# KAD KILAUAN SIHAT



Berus bahagian luar dan dalam  
di bahagian hadapan gigi bawah

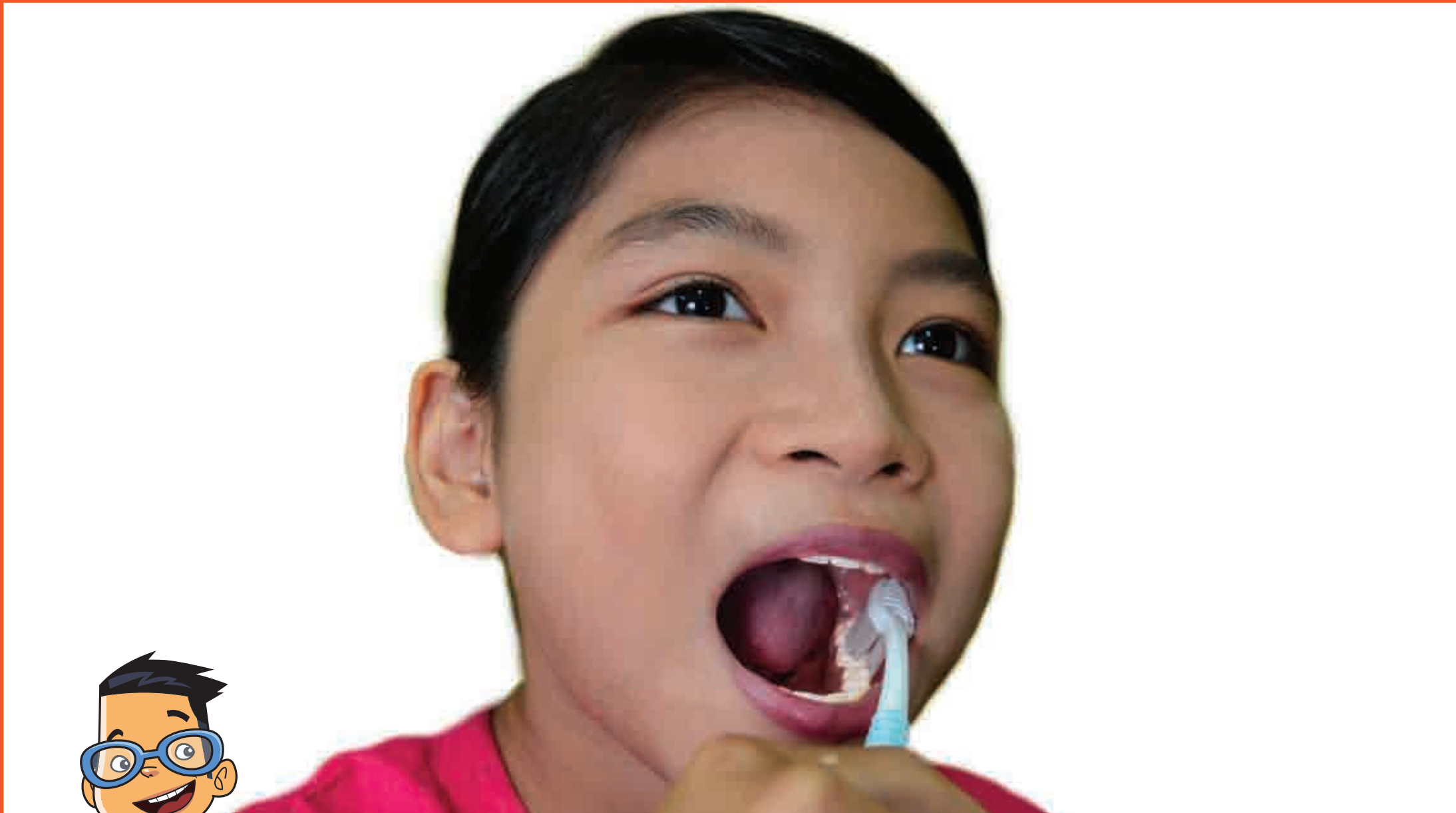


Kementerian Kesihatan  
Malaysia



[www.dr Muda.gov.my](http://www.dr Muda.gov.my)

 : KelabDoktorMuda



# KAD KILAUAN SIHAT





# Berus permukaan mengunyah gigi bawah



Kementerian Kesihatan  
Malaysia



[www.dr Muda.gov.my](http://www.dr Muda.gov.my)

 : KelabDoktorMuda



# KAD KILAUAN SIHAT



Bersihkan permukaan  
lidah dengan berus gigi



Kementerian Kesihatan  
Malaysia



[www.dr Muda.gov.my](http://www.dr Muda.gov.my)

 : KelabDoktorMuda