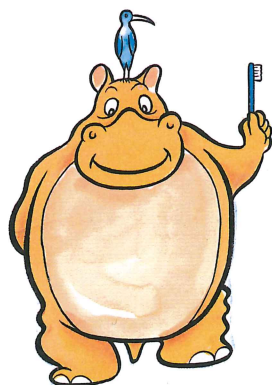
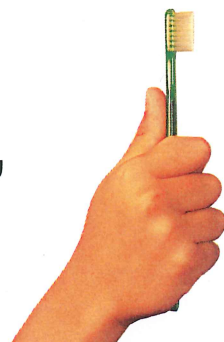


貝氏刷牙法



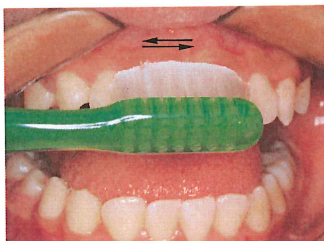
刷毛與牙面成 $45^{\circ} \sim 60^{\circ}$ ，
涵蓋一點點牙齦，
兩顆兩顆來回的刷。



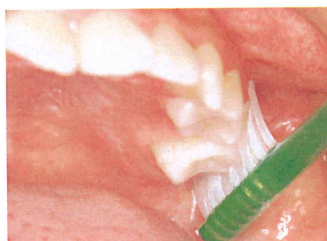
牙刷的正確握法。



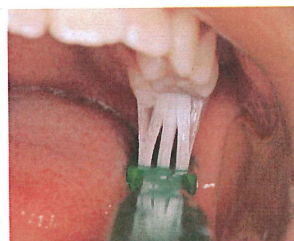
由右上頰側開始，刷毛與齒面成 $45^{\circ} \sim 60^{\circ}$ ，涵蓋一點點牙齦。



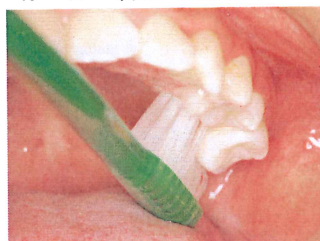
兩顆兩顆來回的刷。



刷左上頰側。



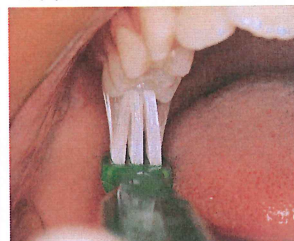
刷左上咬合面，也是兩顆兩顆來回刷。



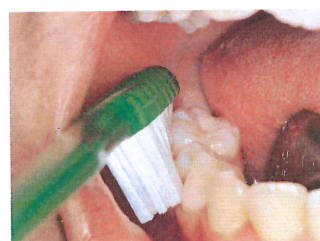
刷左上舌側。



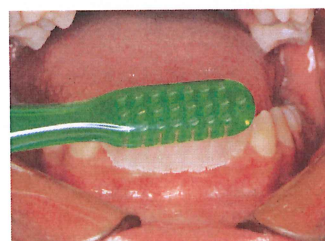
刷右上舌側。



刷右上咬合面。所以刷牙是由右邊開始，也在右邊結束。



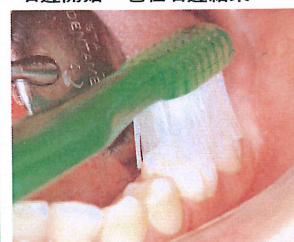
用同樣的方法及順序，刷下排牙齒。由右下頰側開始。



刷下排牙正中外側。



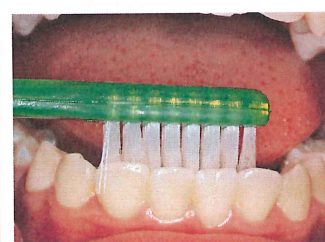
刷左下頰側。



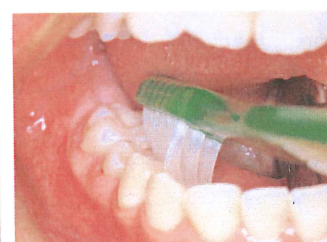
刷左下咬合面。



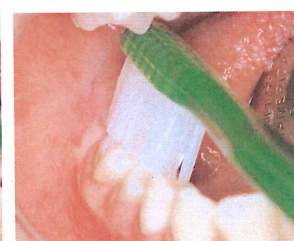
刷左下舌側。



刷下排牙正中舌側。



刷右下舌側。



刷右下咬合面。