



Ο ΤΑΚΗΣ  
ΈΧΕΙ ΠΟΝΟΔΟΝΤΟ

Μια φορά κι ένα καιρό,  
ήταν ένα μικρό αγόρι  
που το λέγανε Τάκη.  
Είχε όμορφα ξανθά μαλλιά  
και μεγάλα γαλανά μάτια,  
αλλά είχε ένα κακό:  
Ήτανε πολύ λαίμαργος.  
Όλη μέρα  
είχε γλυκά  
στο στόμα του  
και ακόμη χειρότερα  
πεισμάτωνε και δεν ήθελε  
να βουρτσίσει  
τα δόντια του.

---

Προσφορά της εταιρείας



**M.S. Jacovides & Co. Ltd.**

P. O. Box 21593, 1511 Nicosia

Tel. 22 757188, Fax 22 750604

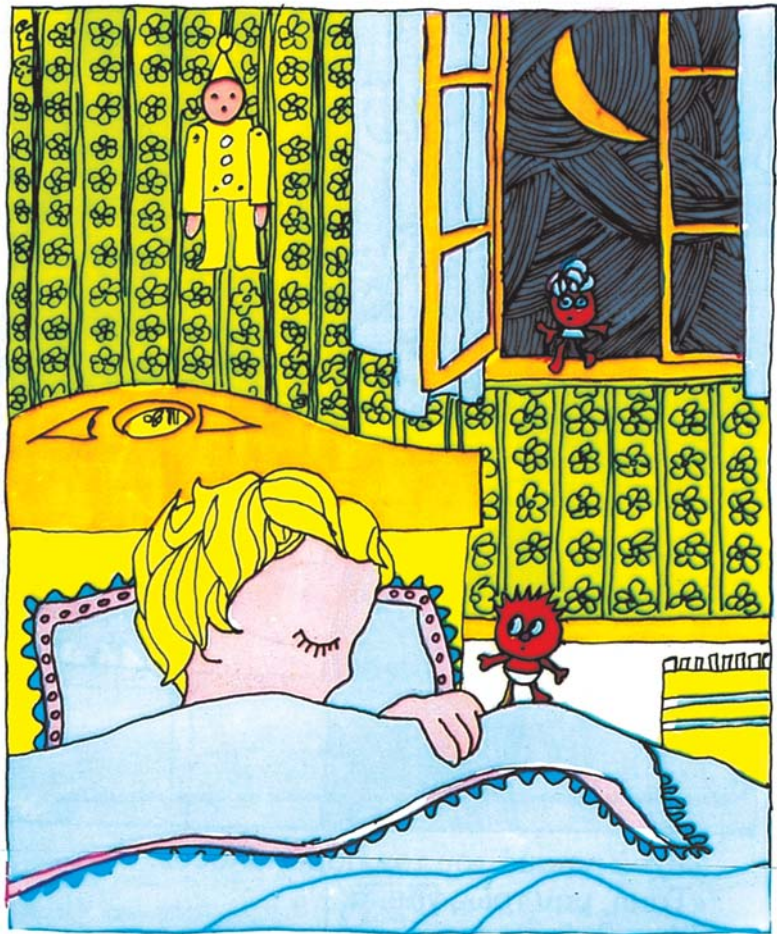
website: [www.msjacovides.com.cy](http://www.msjacovides.com.cy)

Για τη βελτίωση της στοματικής υγείας των παιδιών



Συχνά η μαμά του τον παρακαλούσε:  
«Τάκη, μην τρως γλυκά.  
Τάκη βούρτσισε τα δόντια σου  
σε παρακαλώ».  
Αλλά ο Τάκης δεν την άκουγε.





Μια νύκτα,  
ενώ ο Τάκης κοιμόταν...





ένα μικρούτσικο ανθρωπάκι,  
το Μικρόβιο, που είναι μικρότερο  
ακόμη κι από το κεφάλι μιας καρφίτσας,  
μαζί με την αδελφή του την Τερηδόνα  
μπήκαν στην κάμαρα του Τάκη.  
Σ' αυτά τα μικρά ανθρωπάκια αρέσει  
πάρα πολύ να ζουν στο στόμα των παιδιών  
που δεν βουρτσίζουν τα δόντια τους.  
Γιατί και αυτά τα ανθρωπάκια  
είναι λαίμαργα και τρώνε τη ζάχαρη  
που μένει στα δόντια των παιδιών  
που τρώνε γλυκά.

Το Μικρόβιο λοιπόν και η αδελφή του  
η Τερηδόνα, άνοιξαν τα χείλη  
του μικρού αγοριού, του Τάκη,  
και σκαρφάλωσαν στο στόμα του.







«Μμμ!!! Μμμ!!!» έλεγαν  
«θα καλοφάμε σήμερα και κάθησαν πάνω  
σ' ένα μεγάλο δόντι που λέγεται τραπεζίτης  
και άρχισαν να τρώνε.

Το άλλο πρωί, όταν ο Τάκης ξύπνησε  
δεν ήταν καλοδιάθετος. «Τί έχεις;»  
τον ρώτησε η μητέρα του.





«Με πονάει το δόντι μου», απάντησε.

«Βλέπεις! σου έλεγα εγώ να μην τρως γλυκά προπαντός πριν πας για ύπνο και να βουρτσίζεις τα δόντια σου προσεκτικά.

Τώρα θα τιμωρηθείς για την τεμπελιά σου και τη λαιμαργία σου».

Ο Τάκης χαμήλωσε τα μάτια.





Χωρίς μιλιά, πήγε στο μπάνιο και βούρτσισε τα δόντια του πολύ προσεκτικά με μια καλή οδοντόκρεμα που περιέχει φθόριο.

Αργότερα στο σχολείο, ο φίλος του ο Πέτρος του έδωσε μια καραμέλλα, αλλά ο Τάκης δεν την πήρε. Και εκείνο το βράδυ πριν να πάει για ύπνο βούρτσισε τα δόντια του ξανά.







Εκείνη τη νύχτα λοιπόν, ενώ ο Τάκης κοιμότανε, δυο μικρά αδέρφια μπήκαν στο υπνοδωμάτιό του: Η Καθαριότητα και η αδελφή της η Υγεία. Μπήκαν στο στόμα του Τάκη και εκεί βρήκαν το Μικρόβιο και την Τερηδόνα να κάθονται πάνω στο μεγάλο τραπεζίτη. Τους έσπρωξαν μακριά από το δόντι και έξω από το στόμα του Τάκη φωνάζοντας:

«Φύγετε κακά ανθρωπάκια» και το Μικρόβιο και η Τερηδόνα το έβαλαν στα πόδια.





Η Καθαριότητα και  
η Υγεία άρχισαν  
να χορεύουν  
στο στόμα του Τάκη  
και να τραγουδούν!

Για να είναι  
ευτυχισμένος  
δεν χρειάζεται κανείς  
πολλά!

Απλώς τα δόντια σου καλά  
βούρτσιζε τακτικά,  
πρωί και βράδυ να είναι καθαρά!  
Με κρέμα που έχει φθόριο,  
να είναι και γερά!

Αλλιώς,  
πρόσεξε πολύ,  
η δεσποινίς Τερηδόνα  
σύντομα θα 'ρθει!  
Τρύπα στο δόντι σου θα βγει  
και θα πονάς πολύ!





Όταν ο Τάκης ξύπνησε το άλλο πρωί, άκουσε δυο μικρές φωνούλλες να βγαίνουν από το στόμα του και του είπαν:



«Τάκη, μην φας πολλά γλυκά σήμερα».

«Τάκη, βούρτσισε τα δόντια σου με μια καλή οδοντόκρεμα με φθόριο, που θα προστατεύσει τα δόντια σου, από κακά ανθρωπάκια, όπως το μικρόβιο και την τερηδόνα».

«Τάκη, εάν έχεις πονόδοντο, μην περιμένεις. Πήγαινε στον Οδοντίατρο με τη μαμά σου». Το μικρό αγόρι ξαφνιάστηκε που άκουσε τις μικρές φωνούλλες και είπε: «Ποιοι είσαστε εσείς που μου δίνετε συμβουλές και πού είστε»;

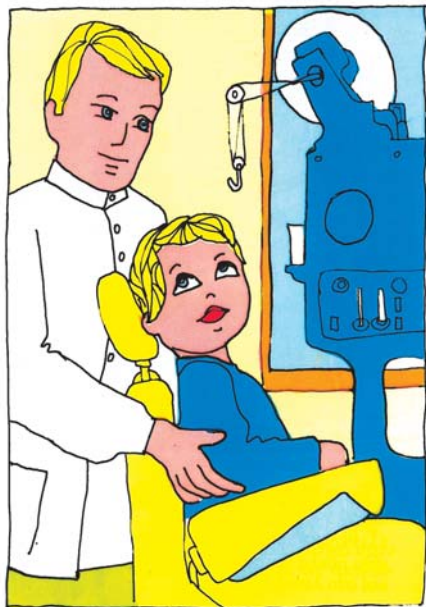
Και εκείνες απάντησαν μαζί:

«Είμαστε η Καθαριότητα και η Υγεία, και ήλθαμε για το καλό σου για να προστατέψουμε τα δόντια σου». Τότε ο Τάκης είπε: «Μα φοβάμαι λιγάκι τον οδοντίατρο».

«Έχε μας εμπιστοσύνη», είπαν οι δυο φωνούλλες. «Πήγαινε στον οδοντίατρο. Είναι πολύ καλός, δεν θα σε πονέσει».

Ο Τάκης λοιπόν έκανε ότι του είπαν οι δυο φίλες του. Ο οδοντίατρος δεν τον πόνεσε καθόλου. Ο Τάκης άνοιξε το στόμα του όσο πολύ μπορούσε.





Μ' ένα μικρό καθρέφτη ο οδοντίατρος κοίταξε το πονεμένο δόντι. Ύστερα, αφαίρεσε το μέρος που ήταν χαλασμένο μ' ένα εργαλείο που έκανε πολύ θόρυβο αλλά δεν πονούσε καθόλου.

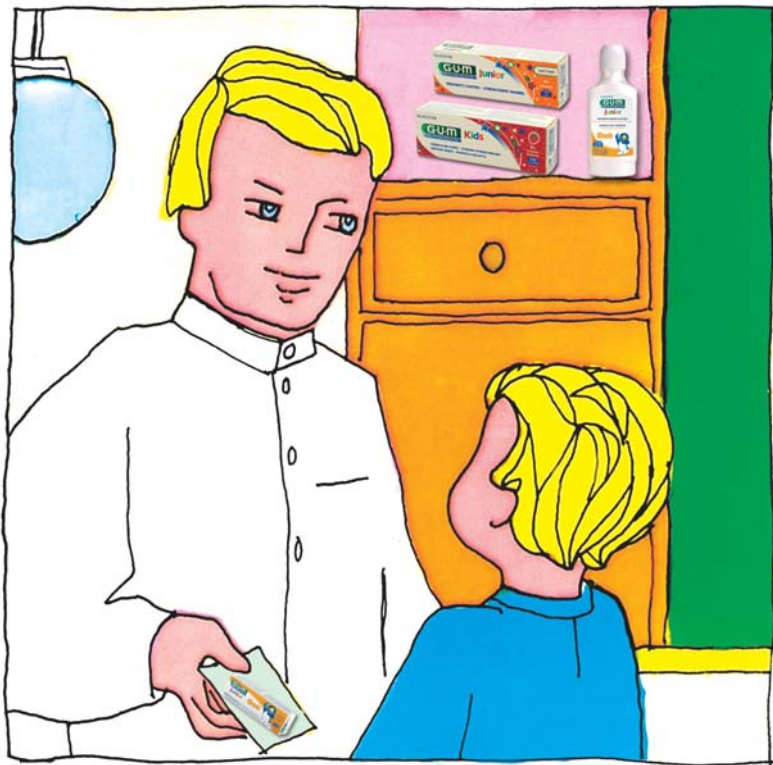
«Βλέπεις», είπε ο οδοντίατρος, «το δόντι σου είναι

τώρα σαν καινούριο. Αλλά να θυμάσαι αυτή τη μαγική φράση; «Όπου υπάρχει φθόριο, η τερηδόνα δε μπορεί να 'ρθει». Κατόπιν ο οδοντίατρος έδωσε στον Τάκη μια μικρή οδοντόκρεμα με ωραία γεύση.

Όταν ο Τάκης γύρισε στο σπίτι, οι δυο μικρές φωνούλλες του είπαν: «Βλέπεις Τάκη, δεν έπρεπε να φοβάσαι». «Δεν σου είπαμε ότι ο οδοντίατρος είναι καλός»;





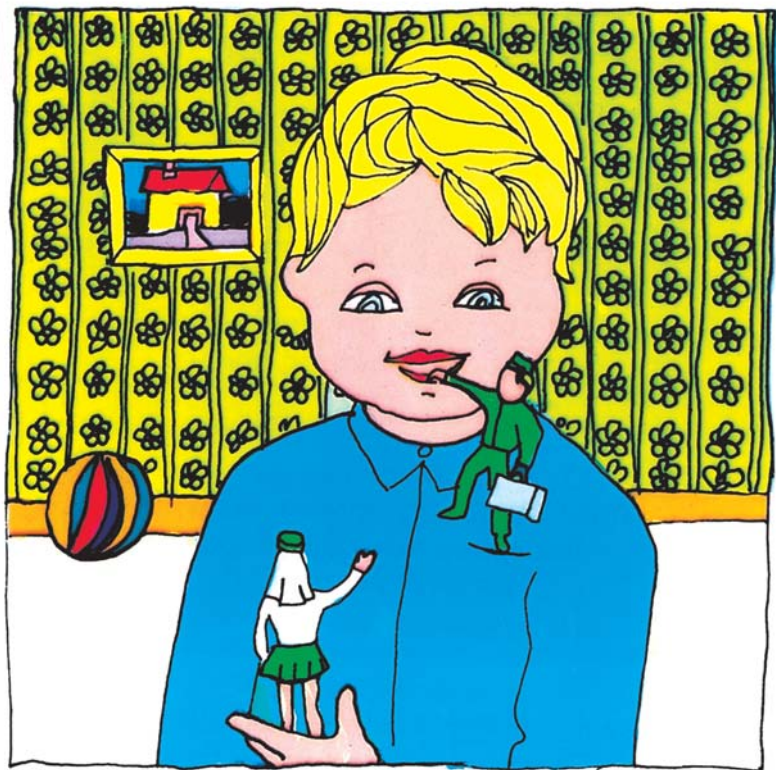


«Έχετε δίκαιο» απάντησε ο Τάκης «τώρα θα ήθελα να σας ρωτήσω κάτι».

«Τι θέλεις» είπαν η Καθαριότητα και η Υγεία.

«Θα ήθελα να σας δω». «Ευχαρίστως» είπαν και στο λεπτό το έκαναν!

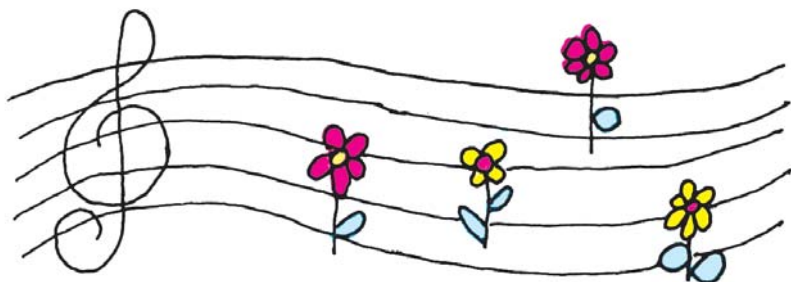




Η Καθαριότητα και η Υγεία πήδηξαν από το στόμα του Τάκη και κάθισαν στο χέρι του.

Ύστερα τον φίλησαν γιατί πραγματικά ήταν ένα καλό αγοράκι και άρχισαν να τραγουδούν μαζί!





Για να είναι ευτυχισμένος  
δεν χρειάζεται κανείς πολλά!

Απλώς τα δόντια σου καλά  
βούρτσισε τακτικά, πρωί και βράδυ  
να είναι καθαρά!

Με κρέμα που έχει φθορίο,  
να είναι και γερά!

Αλλιώς,  
πρόσεξε πολύ,  
η δεσποινίς Τερηδόνα  
σύντομα θα 'ρθει!  
Τρύπα στο δόντι σου θα βγει  
και θα πονάς πολύ!





**Στοματική υγιεινή για τα παιδιά**  
**Αποτελεσματική και Ασφαλής**



# Τα δόντια σου, ένας θαυμαστός κόσμος



Ήξερες ότι η πρώτη οδοντοστοιχία σου διαμορφώνεται ακόμη και πριν τη γέννησή σου; Τα περισσότερα βρέφη αποκτούν τα πρώτα τους δόντια σε ηλικία 6 μηνών. Και έως την ηλικία των 2 ½ ετών, και τα 20 νεογιλά δόντια θα πρέπει να έχουν φυτρώσει. Τα νεογιλά δόντια, εκτός από το γεγονός ότι μας βοηθούν στο μάσημα και την ομιλία, διατηρούν χώρο για τη σωστή ανάπτυξη των μόνιμων δοντιών.

Σε ηλικία 6 ή 7 ετών περίπου, θα αρχίσεις να χάνεις αυτά τα νεογιλά δόντια. Θα αντικατασταθούν από τα μόνιμα δόντια, τα οποία είναι μεγαλύτερα και πιο γερά. Και αργότερα, από τα 17 έως τα 25, 4 ακόμη δόντια θα φυτρώσουν (οι φρονιμίτες), φτάνοντας συνολικά τα 32 μόνιμα δόντια. Αυτά είναι τα δόντια που θα έχεις σε όλη σου τη ζωή. Γι' αυτό είναι πολύ σημαντικό να τα φροντίζεις από την 1η ημέρα!

## Μια ομάδα ειδικών

Δεν είναι όλα τα δόντια ίσα. Χωρίζονται σε τέσσερις ομάδες και κάθε ομάδα έχει μια συγκεκριμένη λειτουργία.

### Οι κοπήρες

- τα μπροστινά δόντια σε βοηθούν να κόβεις την τροφή.

### Οι κυνόδοντες

- τα αιχμηρά δόντια στα πλάγια που σε βοηθούν να κομματιάζεις την τροφή.

### Οι προγόμφιοι και οι γομφίοι

- τα μεγαλύτερα δόντια στην πίσω πλευρά του στόματός σου που σε βοηθούν να μασάς και να αλέθεις την τροφή σε μικρότερα κομμάτια ώστε να μπορείς να τα καταπιείς εύκολα.





# Οι εχθροί των δοντιών σου

Όπως όλα τα όργανα του σώματός μας, τα δόντια και τα ούλα σου μπορούν να δεχθούν επίθεση από πολλούς εχθρούς. Ορισμένοι από τους πιο συχνοί είναι οι εξής:



## Βακτήρια

Εκατομμύρια μικροοργανισμοί ζουν στο σώμα μας. Οι περισσότεροι μας κάνουν καλό, αλλά άλλοι, ιδιαίτερα παρουσία ζάχαρης, παράγουν οξέα που επιτίθενται στην αδαμαντίνη των δοντιών και συμβάλουν στη φθορά των δοντιών και σε προβλήματα των ούλων.



## Γλυκά

Η ζάχαρη στις τροφές και τα ποτά είναι η κύρια αιτία φθοράς των δοντιών. Τα βακτήρια χρησιμοποιούν ζάχαρη για να παράγουν τα οξέα που επιτίθενται στα δόντια σου.



## Πλάκα

Έτσι, κάθε στόμα είναι γεμάτο βακτήρια, τα οποία τρέφονται με ζάχαρη και άλλες τροφές που καταναλώνουμε. Αυτά τα βακτήρια πολλαπλασιάζονται σε μια αόρατη κολλώδη μεμβράνη στα δόντια που ονομάζεται πλάκα. Η πλάκα συσσωρεύεται σε όλες τις επιφάνειες των δοντιών, ακόμη και σε εκείνες που δεν βλέπουμε.

## Οξύτητα

Τα όξινα ποτά, όπως τα αναψυκτικά και οι φρουτοχυμοί, μπορούν να επιτίθενται απευθείας στην αδαμαντίνη των δοντιών (αυτό ονομάζεται «διάβρωση»), με αποτέλεσμα τα δόντια σου να είναι πιο ευαίσθητα και ευάλωτα στη φθορά.



# Ακολουθούν ορισμένοι απλοί κανόνες που θα σε βοηθήσουν να έχεις άτρωτα δόντια



**1** Διάλεξε μια οδοντόβουρτσα GUM® με μικρή κεφαλή και απαλές τρίχες



**2** Χρησιμοποίησε μια οδοντόκρεμα GUM® με φθόριο. Με αυτόν τον τρόπο, θα ενισχυθεί η αδαμαντίνη των δοντιών σου και θα προστατεύεις τα δόντια σου από την τερηδόνα και τις επιθέσεις των οξέων. Συμβουλευσου τον οδοντίατρό σου για τη δόση φθορίου που συνιστάται για εσένα. Άπλωσε μια μικρή ποσότητα οδοντόκρεμας σε μέγεθος στραγαλιού στην οδοντόβουρτσα σου. Μια μικρή ποσότητα είναι αρκετή για τον καθαρισμό και την προστασία των δοντιών και των ούλων σου.



**45°**

**3** Τοποθέτησε την οδοντόβουρτσα σου σε γωνία 45 μοιρών (όπως φαίνεται στην εικόνα) στην περιοχή όπου το δόντι συναντά τα ούλα. Βούρτσισε τα δόντια σου με κυκλική κίνηση.



**4** Βούρτσισε τα δόντια σου για 2 λεπτά δύο φορές την ημέρα, το πρωί μετά το πρωινό και το βράδυ πριν τον ύπνο. Μην ξεχνάς να βουρτσίζεις όλα σου τα δόντια, εκείνα που βλέπεις όταν χαμογελάς, αλλά και εκείνα που βρίσκονται στην πίσω πλευρά του στόματός σου!

**5** Τέλος, για να έχεις ακόμη πιο γερά δόντια, ξέπλυνε το στόμα σου με ένα στοματικό διάλυμα που περιέχει ασβέστιο, όπως το στοματικό διάλυμα GUM® για εφήβους. Με αυτόν τον τρόπο, το φθόριο που περιέχει η οδοντόκρεμά σου θα είναι ακόμη πιο αποτελεσματικό. Ξέπλυνε απλώς με 10 ml για 30 δευτερόλεπτα μετά το βούρτσισμα των δοντιών σου με οδοντόκρεμα GUM® για εφήβους.



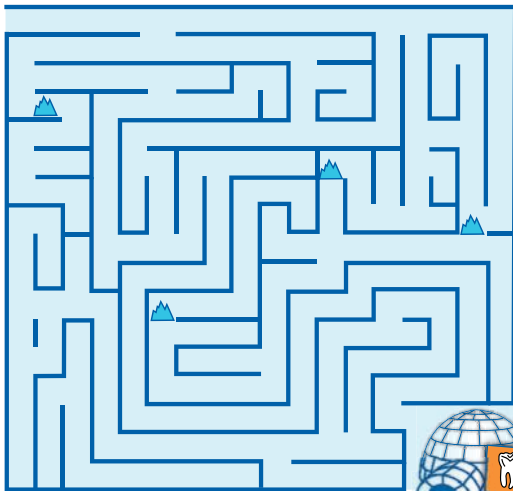
## Μερικές ακόμη συμβουλές που θα σε βοηθήσουν να κερδίσεις τη μάχη

- Η πλάκα είναι αόρατη. Και εφόσον είναι δύσκολο να αφαιρέσουμε κάτι που δεν μπορούμε να δούμε, η λύση είναι να χρησιμοποιούμε ένα προϊόν αποκάλυψης της πλάκας, όπως οι κόκκινες ταμπλέτες GUM®. Χρωματίζουν τα δόντια με κόκκινα χρώμα και ό,τι μπορείς να δεις, μπορείς και να το αφαιρέσεις. Έτσι, πάρε την οδοντόβουρτσά σου και το οδοντικό σου νήμα για να αφαιρέσεις όλη αυτήν την πλάκα που έχει βαφτεί με κόκκινο. Δοκίμασέ το, έχει πλάκα!



- Να θυμάσαι να αλλάζεις την οδοντόβουρτσά σου κάθε 2 ή 3 μήνες και ιδιαίτερα μετά από κρύωμα ή πονόλαιμο.
- Και μην ξεχνάς να επισκέπτεσαι τον οδοντίατρό σου τακτικά, ώστε να βεβαιώνεσαι ότι τα δόντια και τα ούλα σου είναι υγιή!

## Βοήθησε τον πιγκουίνο να βρει το δρόμο του ως τον Οδοντίατρο



## Διασφαλίστε την υγεία των δοντιών του παιδιού σας για μια ζωή

Για να βοηθήσετε το παιδί σας να αποκτήσει καλές συνήθειες σε ό,τι αφορά τη φροντίδα των δοντιών του, ξεκινήστε νωρίς.

Τα μικρά παιδιά, δεδομένου ότι είναι αριστοτέχνες στη μίμηση, θα προσπαθήσουν να μιμηθούν τον τρόπο με τον οποίο βουρτσίζετε τα δόντια σας. Αφήστε το παιδί σας να βλέπει και όταν μεγαλώσει αρκετά δώστε του τη δική του οδοντόβουρτσα.

**Αρχικά** χρησιμοποιήστε μια οδοντόβουρτσα με πολύ μικρή κεφαλή και μεγαλύτερη χειρολαβή, έτσι ώστε να μπορείτε να καθοδηγήσετε την οδοντόβουρτσα στο στόμα του μωρού σας.

**Σε ηλικία 3 ετών περίπου**, το παιδί σας μπορεί να ξεκινήσει να βουρτσίζει τα δόντια του μόνο του, παρόλο που συνιστάται η στενή επίβλεψη. Όσο μεγαλώνει το παιδί σας, επιλέξτε μια οδοντόβουρτσα καλά προσαρμοσμένη στο μέγεθός του. Μια μικρή κεφαλή με μαλακές τρίχες είναι η καλύτερη. Η χειρολαβή θα πρέπει επίσης να μεγαλώνει παράλληλα με το παιδί σας και να παρέχει εύκολο κράτημα και αποτελεσματικό έλεγχο. Η GUM® έχει αναπτύξει, σε συντονισμό με επαγγελματίες οδοντιάτρους, μια σειρά οδοντόβουρτσες ειδικά προσαρμοσμένες στις ανάγκες στοματικής φροντίδας του παιδιού σας που βρίσκεται σε ανάπτυξη.

### Η GUM® μεγαλώνει μαζί με το παιδί σας

#### Χρήση φθορίου

Έχει αποδειχθεί ότι το φθόριο διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην πρόληψη της τερηδόνας. Το φθόριο επιταχύνει την πρόσληψη μετάλλων από τα δόντια (επανασβεστίωση) και αυξάνει την ανθεκτικότητα στις επιθέσεις των οξέων αποτρέποντας την απώλεια μετάλλων (απασβεστίωση). Ωστόσο, η υπερβολική ποσότητα φθορίου μπορεί να έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία των παιδιών μέχρι 6 ετών. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η GUM® ανέπτυξε μια σειρά προϊόντων που παρέχει **ενισχυμένη επανασβεστίωση** για προηγμένη πρόληψη της τερηδόνας και προστασία από τη διάβρωση των δοντιών με αυξημένη δόση φθορίου (1450ppm) για παιδιά ηλικίας 7 ετών και άνω.



# ΚΛΙΝΙΚΑ ΑΠΟΔΕΔΕΙΓΜΕΝΗ ΣΥΝΘΕΣΗ

## Προηγμένη πρόληψη της τερηδόνας & προστασία από τη διάβρωση των δοντιών

**2-6**  
Ετών

### GUM® ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ

- Η μοναδική σύνθεση φθορίου (500 ppm) + ισομαλιτιτόλης παρέχει διπλάσια επανασβεστίωση σε σύγκριση με το φθόριο, για πιο γερά και υγιή νεογιλά δόντια.
- Ενισχυμένη αποτελεσματικότητα με ασφαλές επίπεδο φθορίου για παιδιά ηλικίας έως και 6 ετών.
- Υφή τζέλ, πολύ απαλή σύνθεση: χωρίς parabens, λαουρυλοθειικό νάτριο (SLS) και λιμονένιο. Στενό άνοιγμα στο στόμιο που αποδίδει την κατάλληλη ποσότητα οδοντόπαστας.
- Χαμηλής αποτριβής με γεύση Φράουλας.



**0-2**  
Ετών

### GUM® ΓΙΑ ΒΡΕΦΗ

- Απαλές τρίχες.
- Εξαιρετικά μικρή κεφαλή για καλύτερη προσαρμογή.
- Η μεγαλύτερη χειρολαβή διευκολύνει το γονέα στο κράτημα της οδοντόβουρτσας.



**3-6**  
Ετών

### GUM® ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ

- Απαλές τρίχες.
- Μικρή κεφαλή προσαρμοσμένη στο μέγεθος του στόματος του παιδιού.
- Μικρή, στρογγυλεμένη κεφαλή που επιτρέπει το κράτημα της οδοντόβουρτσας από το μικρό παιδί με κάθε τρόπο.



**7+**  
Ετών

### GUM® ΓΙΑ ΕΦΗΒΟΥΣ

- Η μοναδική σύνθεση φθορίου (1450 ppm) + ισομαλιτιτόλης αυξάνει την επανασβεστίωση της αδαμαντίνης, για πιο γερά και υγιή νέα μόνιμα δόντια, ενώ βρίσκονται στα στάδια διαμόρφωσής τους.
- Υφή τζέλ, πολύ απαλή σύνθεση: χωρίς parabens, λαουρυλοθειικό νάτριο (SLS) και λιμονένιο. Στενό άνοιγμα στο στόμιο που αποδίδει την κατάλληλη ποσότητα οδοντόπαστας.
- Χαμηλής αποτριβής με γεύση Tutti-frutti.



**7-9**  
Ετών

### GUM® ΓΙΑ ΕΦΗΒΟΥΣ

- Απαλές τρίχες.
- Μεγαλύτερη και λεπτότερη χειρολαβή για καλύτερη πρόσβαση στα πίσω δόντια.
- Χειρολαβή με βάση για τον αντίχειρα για ευκολότερο κράτημα και καλύτερο έλεγχο της οδοντόβουρτσας.



**7+**  
Ετών

### GUM® TECHNIQUE® ΓΙΑ ΕΦΗΒΟΥΣ

- Απαλές τρίχες με σχεδιασμό Dome Trim.
- Η τετράγωνη χειρολαβή βοηθά στην τοποθέτηση της οδοντόβουρτσας στην καλύτερη γωνία βουρτσίσματος.



- Η μοναδική σύνθεση ασβεστίου χωρίς προσθήκη φθορίου, μετά τη χρήση οδοντόκρεμας με φθόριο, παρέχει πενταπλάσια επανασβεστίωση σε σύγκριση με τη μεμονωμένη χρήση μιας οδοντόκρεμας φθορίου.
- Βοηθά στη δέσμευση του φθορίου της οδοντόκρεμας από την αδαμαντίνη για πιο γερά δόντια.
- Ενισχυμένη αποτελεσματικότητα χωρίς τον κίνδυνο κατάποσης φθορίου.
- Γεύση Πορτοκαλί





**GUM®**, η ολοκληρωμένη σειρά προϊόντων  
στοματικής υγιεινής για βρέφη, παιδιά και εφήβους

**0-2**  
Years

**Baby**



**2-6**  
Years

**Kids**



**7+**  
Years

**Junior**



**GUM®**, η ολοκληρωμένη σειρά προϊόντων  
στοματικής υγιεινής για μικρούς και μεγάλους



Διατίθεται μόνο στα φαρμακεία