

HAMPAIDEN HARJAUSTAULUKKO

Hampaat harjataan kaksi kertaa päivässä fluorihammastahnalla vähintään kahden minuutin ajan kerrallaan.

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU							
ILTA							
AAMU							
ILTA							
AAMU							
ILTA							
AAMU							
ILTA							
AAMU							
ILTA							