

Από: ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ <odontiatrikos.artas@gmail.com>
Αποστολή: Πέμπτη, 18 Απριλίου 2024 12:49 μμ
Προς: Ελληνική Οδοντιατρική Ομοσπονδία
Θέμα: Re: ΕΥΓΕΝΙΚΗ ΥΠΕΝΘΥΜΙΣΗ_404, 27-3-2024 ΟΣ_Εγκύκλιος για δράσεις των ΟΣ για τον εορτασμό της ΠΗΣΥ2024
Συνημμένα: ΑΦΙΣΑ-ΓΡΑΦΕΙΑ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ.jpg; ΕΚΔΗΛΩΣΗ.jpg; ΦΥΛΛΑΔΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ.jpg; ΦΥΛΛΑΔΙΑ.jpg; ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ-20-03-24.pdf; ΦΥΛΛΑΔΙΑ ΓΙΑ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΕΙΑ-1.pdf; ΦΥΛΛΑΔΙΑ ΓΙΑ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΕΙΑ-2.pdf; ΦΥΛΛΑΔΙΑ ΓΙΑ ΜΕΛΗ ΟΣΑΡΤΑΣ-1.pdf; ΦΥΛΛΑΔΙΑ ΓΙΑ ΜΕΛΗ ΟΣΑΡΤΑΣ-2.pdf; ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΑΦΙΕΡΩΜΕΝΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΓΥΝΑΙΚΑ-1.mp4; ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΑΦΙΕΡΩΜΕΝΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΓΥΝΑΙΚΑ-2.mp4

ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΡΤΑΣ

ΣΑΣ ΕΠΙΣΥΝΑΠΤΟΥΜΕ ΤΙΣ
ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥ Ο.Σ. ΑΡΤΑΣ

- ΕΙΝΑΙ ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΗ ΣΤΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ Η ΑΦΙΣΑ ΑΦΙΕΡΩΜΕΝΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
- ΕΓΙΝΕ ΔΙΑΝΟΜΗ ΑΦΙΣΑΣ ΚΑΙ ΥΛΙΚΟΥ ΤΗΣ ΕΟΟ ΠΡΟΣ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΟΥ Ο.Σ. ΑΡΤΑΣ ΚΑΙ ΘΑ ΣΥΝΕΧΙΣΟΥΜΕ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΤΟΥ ΥΛΙΚΟΥ ΑΝΑ ΤΑΚΤΑ ΔΙΑΣΤΗΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΤΑ ΜΕΛΗ ΜΑΣ
- ΠΡΟΣ ΤΑ ΤΟΠΙΚΑ Μ.Μ.Ε ΑΠΟΣΤΕΙΛΑΜΕ ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ
- ΕΓΙΝΕ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΚΑΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΣΤΟ ΤΟΠΙΚΟ ΚΑΝΑΛΙ ΑΡΤΑΣ (ARTTV) ΑΠΟ ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ Ο.Σ. ΑΡΤΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
- ΕΠΙΣΗΣ ΔΟΘΗΚΕ ΦΥΛΛΑΔΙΟ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑΣ ΠΡΟΣ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΣΕ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΑΦΙΕΡΩΜΕΝΗ ΣΤΗΝ ΓΥΝΑΙΚΑ ΠΟΥ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ ΑΠΟ ΚΟΙΝΟΥ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟΥΣ ΣΥΛΛΟΓΟΥΣ ΤΗΣ ΑΡΤΑΣ (ΙΑΤΡΙΚΟ-ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟ-ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟ)

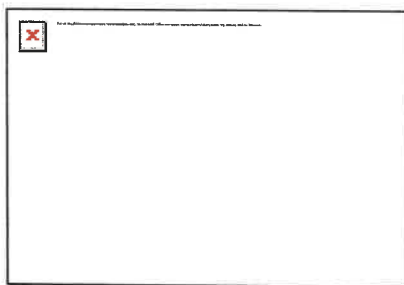
ΑΠΟΣΠΑΣΜΑ ΑΠΟ ΤΟ ΤΟΠΙΚΟ ΚΑΝΑΛΙ ΑΡΤΑΣ-ΟΜΙΛΙΑ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΥ

<https://arttv.gr/pagkosmia-imera-stomatikis-ygeias-2/>

ΔΕΛΤΙΟ ΤΠΟΥ - ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΗΧΩ ΑΡΤΑΣ

<https://ixotisartas.gr/%ce%bf%ce%b4%ce%bf%ce%bd%cf%84%ce%b9%ce%b1%cf%84%cf%81%ce%b9%ce%ba%ce%bf%cf%83-%cf%83%cf%85%ce%bb%ce%bb%ce%bf%ce%b3%ce%bf%cf%83-%ce%b1%cf%81%cf%84%ce%b1%cf%83-%cf%84%ce%bf-2024-%ce%ad%cf%84%ce%bf/>

ΣΑΣ ΕΠΙΣΥΝΑΠΤΟΥΜΕ ΤΟ ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΤΙΣ ΔΡΑΣΕΙΣ
ΕΚ ΤΟΥ Ο.Σ. ΑΡΤΑΣ



ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΡΤΑΣ

Κ.ΠΑΛΑΜΑ 28 - ΑΡΤΑ 47100

Τηλ: 2681-028111

email: odontiatrikos.artas@gmail.com



ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΡΤΑΣ

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ 20-03-24

60 v 1

Η ανακήρυξη του 2024 ως έτους στοματικής υγείας έχει διπλή σημασία, καθώς συμπληρώνονται 30 χρόνια από τον πρώτο εορτασμό έτους στοματικής υγείας το 1994 και 190 χρόνια από την κατοχύρωση των επαγγελματικών δικαιωμάτων των οδοντιάτρων στην Ελλάδα.

Το μήνυμα της καμπάνιας ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης του κοινού για το Έτος Στοματικής Υγείας είναι **«γεια στο στόμα σου!»** και αναδεικνύει την άρρηκτη σύνδεση της στοματικής με τη γενική υγεία και τα οφέλη της πρόληψης για τη στοματική υγεία καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής.

Παράλληλα, η Παγκόσμια Ημέρα Στοματικής Υγείας του 2024 είναι η πρώτη για την επόμενη τριετία εκστρατεία που θα φέρει τον ενιαίο κεντρικό τίτλο **«Ένα χαρούμενο στόμα είναι... ένα χαρούμενο σώμα»**. Το μήνυμα αποτελεί ένα κάλεσμα ενδυνάμωσης για ανάληψη δράσης ώστε οι άνθρωποι να ενημερωθούν λεπτομερώς σχετικά με τη σημασία της στοματικής φροντίδας και να εκτιμήσουν την ιδιαίτερη αξία της πρόληψης.

Το υγιές στόμα αποτελεί ζωτικό και αναπόσπαστο κομμάτι της γενικής υγείας και ευεξίας του ανθρώπου και διαδραματίζει σημαντικό ρόλο σε κάθε στιγμή της καθημερινής μας ζωής, καθώς με αυτό απολαμβάνουμε ένα γεύμα, συζητάμε, γελάμε με τα αγαπημένα μας πρόσωπα, τραγουδάμε, φιλάμε...

Δεν ξεχνάμε πως η κακή στοματική υγεία επηρεάζει τις καθημερινές μας δραστηριότητες. Παρότι τα νοσήματα του στόματος μπορούν να προληφθούν σε μεγάλο βαθμό, ο αριθμός των ανθρώπων που επηρεάζεται από αυτά παραμένει πολύ υψηλός. Εκτιμάται ότι τα νοσήματα του στόματος επιβαρύνουν πάνω από 3,5 δισεκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως.

Έτσι η υιοθέτηση μιας ισορροπημένης διατροφής, το βούρτσισμα των δοντιών τουλάχιστον δύο φορές την ημέρα και φυσικά η τακτική επίσκεψη στον/στην οδοντίατρο μας είναι τα σημαντικότερα βήματα που μπορούμε να κάνουμε για να προφυλάξουμε και να ενισχύσουμε τη στοματική μας υγεία.



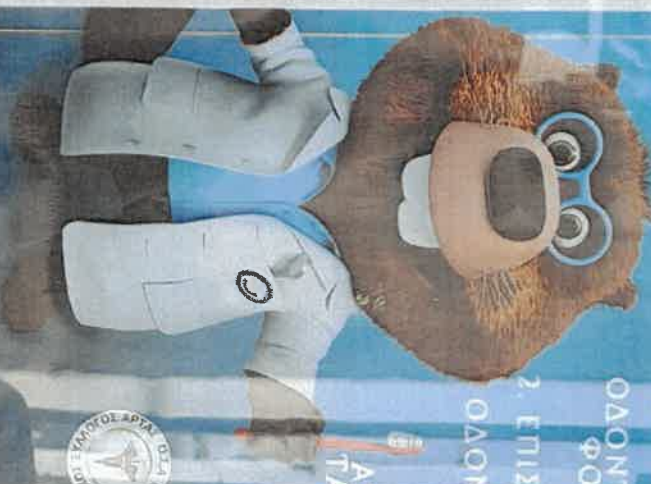
ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ
ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑ
20 ΜΑΡΤΙΟΥ



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΕΚΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΟΣΕΩΝ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΕΚΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΟΣΕΩΝ

ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΤΟΜΑ ΑΞΙΖΕΙ... ΝΑ ΑΝΑΒΟΥΜΕ ΔΡΑΣΗ!



1. ΒΟΥΠΤΙΖΟΥΜΕ
ΤΑ ΔΟΝΤΙΑ ΜΑΣ ΜΕ
ΦΘΟΡΙΟΥΧΟ
ΟΔΟΝΤΟΚΡΕΜΑ ΔΥΟ
ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΜΕΡΑ.
2. ΕΠΙΣΚΕΠΤΟΜΑΣΤΕ
ΤΗΝ ΚΑΤΙΚΑ ΤΟΝ
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ ΜΑΣ.
3. ΤΡΩΜΕ
ΥΓΙΕΙΝΑ ΚΑΙ
ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ
ΤΑ ΖΑΧΑΡΟΥΧΑ
ΠΟΤΑ!

For Kids

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
ΕΚΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΟΣΕΩΝ

#WOHD24
#HappyMouth
worldwide.citibank.org

ΕΜΕΤΕ ΜΑΖΙ ΕΙΣΤΕ ΜΙΑ ΤΑ ΜΙΑ ΤΗΣ ΥΓΙΗΣ, ΓΙΟ ΧΑΡΟΥΜΕΝΗ ΖΩΗ!

tdi           



60V3



ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ

Οι ανάγκες του Νομού Άρτας σε ΑΙΜΑ:

Η Άρτα χρειάζεται περίπου 4.000 μονάδες αίμα το χρόνο που διατίθενται:



- ✓ Για τους πάσχοντες από θαλασσαιμία
- ✓ Για κάθε ασθενή που κάνει εγχείρηση
- ✓ Για κάθε τραυματία από τροχαίο ατύχημα



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου

ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΙ

ΤΟΝ ΚΑΣΤΟΡΑ «Τούθη»
ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΗ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ...

ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ
ΣΤΟΜΑ ΕΙΝΑΙ...
ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΩΜΑ

«ΑΠΟ ΤΟ ΤΑΚΤΙΚΟ
ΒΟΥΡΤΣΙΣΜΑ ΜΕΧΡΙ
ΤΟ ΤΣΕΚ-ΑΠ ΣΤΟΝ
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ, ΚΑΘΕ
ΒΗΜΑΜΕΤΡΑΕΙ.
ΑΣ ΚΑΝΟΥΜΕ ΤΗ
ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ
ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΚΙ
ΑΣ ΓΙΟΡΤΑΣΟΥΜΕ
ΤΗΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ
ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ
ΥΓΕΙΑΣ ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ»

Τούθη

#WOHD24

#HappyMouth



20 ΜΑΡΤΙΟΥ

ΕΛΑΤΕ ΜΑΖΙ ΣΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΜΑΣ ΓΙΑ ΜΙΑ
ΠΙΟ ΥΓΙΗ, ΠΙΟ ΧΑΡΟΥΜΕΝΗ ΖΩΗ

worldoralhealthday.org



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου



60V5

ΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΡΤΑΣ

Οι ανάγκες του Νομού Άρτας σε ΑΙΜΑ:

Η Άρτα χρειάζεται περίπου 4.000 μονάδες αίμα το χρόνο που διατίθενται:



✓ Για τους πάσχοντες από AIDS
Παγκόσμιο Ημέρο
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου

ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΙ

ΚΑΣΤΟΡΑ «Τούθη»
ΗΤΩΝΙΣΤΗ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ...

ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ
ΣΤΟΜΑ ΕΙΝΑΙ...
ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΩΜΑ

«ΑΠΟ ΤΟ ΤΑΚΤΙΚΟ
ΒΟΥΡΤΣΙΣΜΑ ΜΕΧΡΙ
ΤΟ ΤΣΕΚ-ΑΠ ΣΤΟΝ
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ. ΚΑΘΕ
ΕΠΗΜΕΤΡΑΣ
ΑΙ ΚΑΝΟΥΜΕ ΤΗ
ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ
ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΚΙ
ΑΝ ΓΙΟΡΤΑΖΟΥΜΕ
ΤΗΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ
ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ
ΥΓΕΙΑΣ ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ»

Today's

#WOHD21
#HappyMouth



20 ΜΑΡΤΙΟΥ

ΕΛΑΤΕ ΜΑΖΙ ΣΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΜΑΣ ΓΙΑ ΜΙΑ
ΠΙΟ ΥΓΙΗ, ΠΙΟ ΧΑΡΟΥΜΕΝΗ ΖΩΗ

worldoralhealthday.org



Ελληνική Οδοντολογική Σύνοδος
Εταιρεία Οδοντολογίας
Εταιρεία Οδοντολογίας



ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΤΟΜΑ ΕΙΝΑΙ... ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΩΜΑ

Ζωγράφισε τη δική σου αφίσα με πρωταγωνιστή τον Τούδη!



worldoralhealthday.org



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου

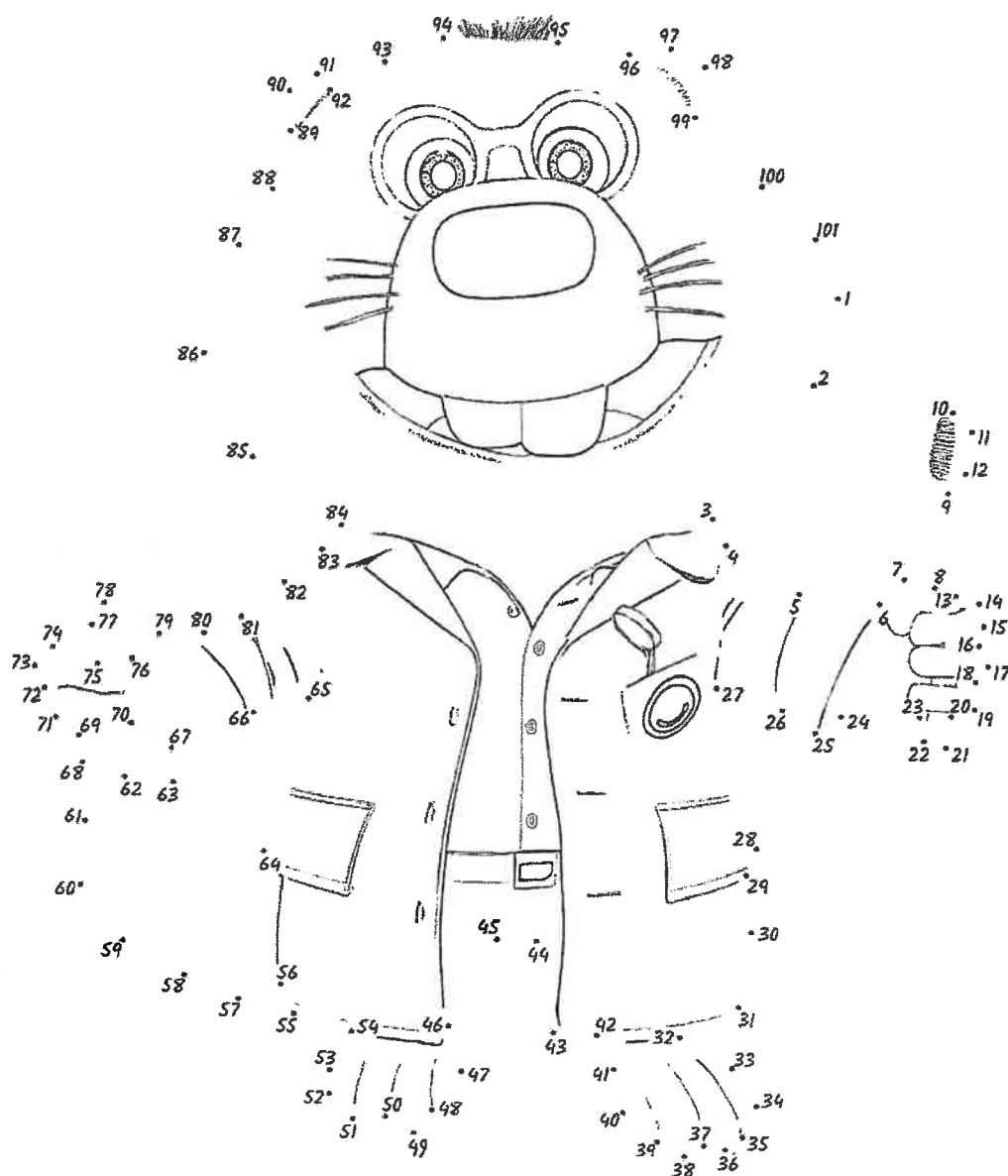
fdi
FDI World Dental Federation

ΔΕΣ ΤΗΝ ΤΑΙΝΙΑ ΕΔΩ:      

607

ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΤΟΜΑ ΕΙΝΑΙ... ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΩΜΑ

Ποιον βλέπεις; Ένωσε τις τελείες από το 1 έως το 101 για να το ανακαλύψεις.
Στο τέλος, ζωγράφισε την εικόνα με χρώματα!



Ποιος είναι; _____

worldoralhealthday.org



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου

fdi
FDI World Dental Federation

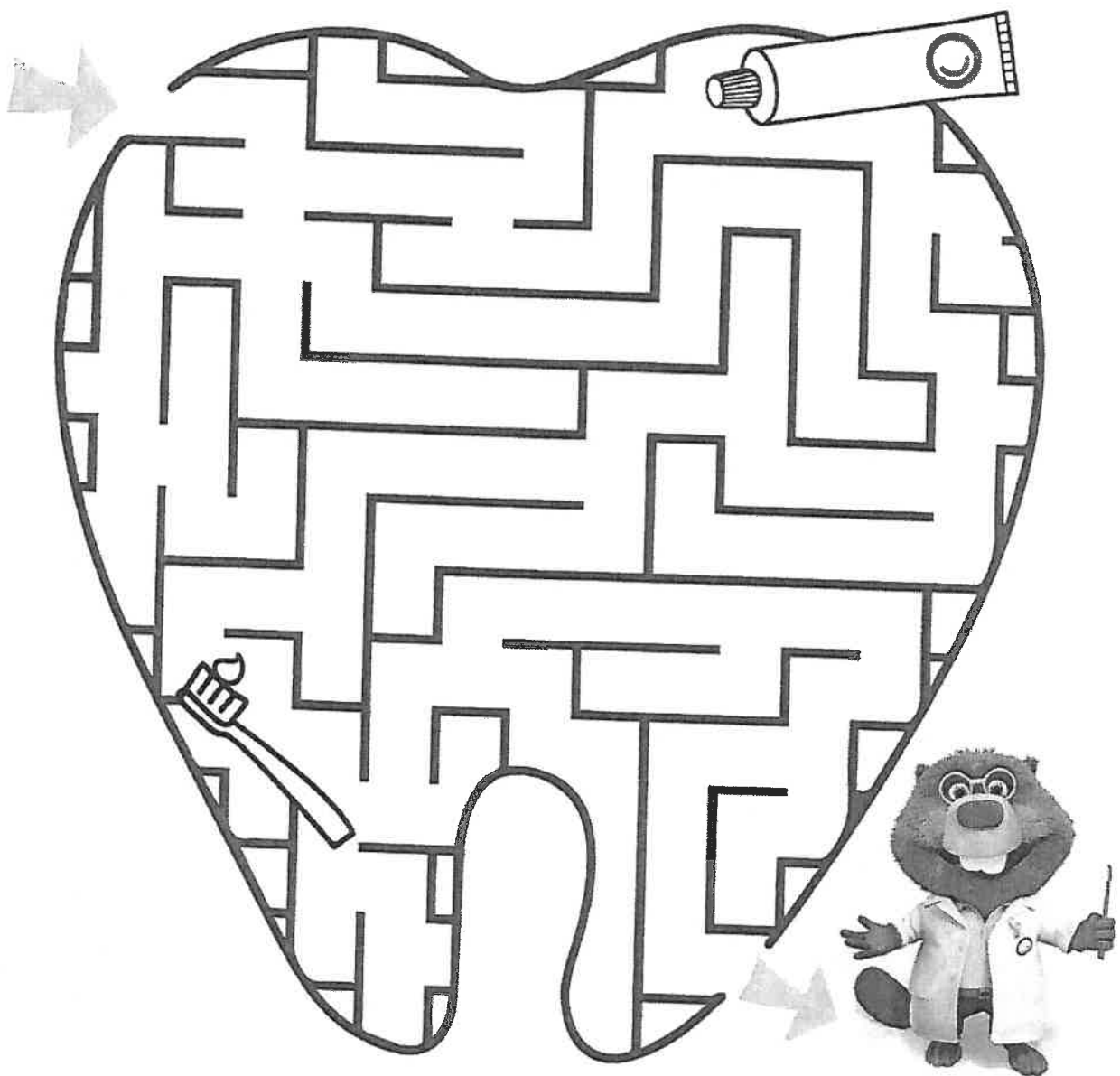
ΔΕΣ ΤΗΝ ΤΑΙΝΙΑ ΕΔΩ:



6008

ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΤΟΜΑ ΕΙΝΑΙ... ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΩΜΑ

Βρες το δρόμο για τον οδοντίατρο Τούδη
για να έχεις υγιές στόμα και σώμα!



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου

fdi
FDI World Dental Federation

worldoralhealthday.org

ΔΕΣ ΤΗΝ ΤΑΙΝΙΑ ΕΔΩ:     



ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΤΟΜΑ ΕΙΝΑΙ... ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΩΜΑ

Ζωγράφισε τη δική σου α φίσα με πρωταγωνιστή τον Τούδη!



worldoralhealthday.org



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου



FDI World Dental Federation

ΔΕΣ ΤΗΝ ΤΑΙΝΙΑ ΕΔΩ:     





Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου

ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΙ

60x120

ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΤΟΜΑ ΑΞΙΖΕΙ... ΝΑ ΑΝΑΛΑΒΟΥΜΕ ΔΡΑΣΗ!



1. ΒΟΥΡΤΣΙΖΟΥΜΕ
ΤΑ ΔΟΝΤΙΑ ΜΑΣ ΜΕ
ΦΘΟΡΙΟΥΧΟ
ΟΔΟΝΤΟΚΡΕΜΑ ΔΥΟ
ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΜΕΡΑ.

2. ΕΠΙΣΚΕΠΤΟΜΑΣΤΕ
ΤΑΚΤΙΚΑ ΤΟΝ
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ ΜΑΣ.

3. ΤΡΩΜΕ
ΥΓΙΕΙΝΑ ΚΑΙ
ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ
ΤΑ ΖΑΧΑΡΟΥΧΑ
ΠΟΤΑ!

Loody's



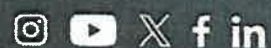
#WOHD24
#HappyMouth

worldoralhealthday.org

ΕΛΑΤΕ ΜΑΖΙ ΣΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΜΑΣ ΓΙΑ ΜΙΑ ΠΙΟ ΥΓΙΗ, ΠΙΟ ΧΑΡΟΥΜΕΝΗ ΖΩΗ



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου



ΤΑ ΒΑΣΙΚΑ ΜΗΝΥΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΑΜΠΑΝΙΑΣ



Η στοματική μας υγεία παίζει σημαντικό ρόλο στην προστασία της γενικής μας υγείας
Και να γιατί η καλή στοματική μας υγεία είναι πολύ σημαντική:

- **Προλαμβάνει τις λοιμώξεις:** οι στοματικές λοιμώξεις όπως είναι τα νοσήματα του περιοδοντίου και η τερηδόνα, αν δεν αντιμετωπιστούν εγκαίρως, μπορεί να οδηγήσουν σε πιο σοβαρές επιπλοκές της υγείας μας.
- **Προστατεύει την καρδιά:** τα στοματικά νοσήματα αν δεν αντιμετωπιστούν θεραπευτικά συσχετίζονται με καρδιολογικά νοσήματα και αυξημένο κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου.
- **Διαχείριση του διαβήτη:** τα νοσήματα του περιοδοντίου μπορεί να κάνουν πιο δύσκολο τον έλεγχο των blood sugar level των επιπέδων του σακχάρου στο αίμα.
- **Υγεία του αναπνευστικού μας συστήματος:** οι οδοντιατρικές λοιμώξεις μπορεί να οδηγήσουν σε λοιμώξεις του αναπνευστικού μας συστήματος, όπως η πνευμονία, ιδίως στους ηλικιωμένους ή σε άτομα με εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα.
- **Υγεία κατά την εγκυμοσύνη:** η κακή στοματική υγεία έχει συνδεθεί με χαμηλά βάρος του νεογνού και πρόωρο τοκετό.

Η ΠΡΟΛΗΨΗ είναι το κλειδί

Τα περισσότερα στοματικά νοσήματα μπορούν να προληφθούν σε μεγάλο βαθμό. Είναι, λοιπόν, στο χέρι μας να κάνουμε τη θετική αλλαγή. Να πώς:

- **Καλή στοματική υγιεινή:** βουρτσίζουμε τα δόντια μας με φθοριούχα οδοντόπαστα δύο φορές τη μέρα για 2 λεπτά.
- **Επίσκεψη στον οδοντίατρο:** ο τακτικός έλεγχος βοηθά τον οδοντίατρο να εντοπίσει και να αντιμετωπίσει τυχόν προβλήματα εγκαίρως.
- **Υγιεινή διατροφή:** τρώμε ισορροπημένα γεύματα και πίνουμε νερό αντί για αναψυκτικά και ζαχαρούχα ποτά.
- **Αποφεύγουμε τα σνάκ με ζάχαρη:** η κατανάλωση ζάχαρης στη διάρκεια της μέρας αυξάνει τον κίνδυνο της δημιουργίας τερηδόνων.
- **Κόβουμε το κάπνισμα:** ο καπνός -σε κάθε μορφή του- μπορεί να οδηγήσει σε καρκίνο του στόματος. Ο συνδυασμός καπνίσματος και κατανάλωσης αλκοόλ αυξάνει αυτόν τον κίνδυνο ακόμη περισσότερο.
- **Αποφεύγουμε την κατανάλωση αλκοόλ:** η κατανάλωση αλκοόλ χωρίς μέτρο συνδέεται στενά με αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης διαφόρων μορφών καρκίνου.
- **Φοράμε αθλητικό νάρθηκα:** αυτό μειώνει τον κίνδυνο τραυματισμών όταν κάνουμε αθλήματα υψηλής επικινδυνότητας και όταν οδηγούμε ποδήλατο.

Η διαχείριση των 4 κύριων παραγόντων κινδύνου για τα στοματικά νοσήματα -ανθυγιεινή διατροφή υψηλής περιεκτικότητας σε ζάχαρη, κάπνισμα, υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ και κακή στοματική υγιεινή - είναι ζωτικής σημασίας για τη συνολική μας υγεία. Η υπερβολική λήψη ζάχαρης από σνάκ, επεξεργασμένα τρόφιμα και ποτά δεν προκαλεί μόνο οδοντιατρική τερηδόνα,

το πιο διαδεδομένο πρόβλημα υγείας παγκοσμίως, αλλά συμβάλλει σημαντικά στην παχυσαρκία και τον διαβήτη. Επιπλέον, η επιδημία του καπνού αποτελεί μία από τις μεγαλύτερες απειλές για τη δημόσια υγεία που έχει αντιμετωπίσει ποτέ ο κόσμος.



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου

ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΙ

ΤΟΝ ΚΑΣΤΟΡΑ «Τούθη»
ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΗ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ...

ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ
ΣΤΟΜΑ ΕΙΝΑΙ...
ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΣΩΜΑ

«ΑΠΟ ΤΟ ΤΑΚΤΙΚΟ
ΒΟΥΡΤΙΣΜΑ ΜΕΧΡΙ
ΤΟ ΤΣΕΚ-ΑΠ ΣΤΟΝ
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ, ΚΑΘΕ
ΒΗΜΑ ΜΕΤΡΑΕΙ.
ΑΣ ΚΑΝΟΥΜΕ ΤΗ
ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ
ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΚΙ
ΑΣ ΠΟΡΤΑΣΟΥΜΕ
ΤΗΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ
ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ
ΥΓΕΙΑΣ ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ»

Toudys

#WOHD24
#HappyMouth



20 ΜΑΡΤΙΟΥ

ΕΛΑΤΕ ΜΑΖΙ ΣΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΜΑΣ ΓΙΑ ΜΙΑ
ΠΙΟ ΥΓΙΗ, ΠΙΟ ΧΑΡΟΥΜΕΝΗ ΖΩΗ

worldoralhealthday.org



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου



6uv 12

Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου

ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΙ

ΤΟΝ ΚΑΣΤΟΡΑ «ΤΟΥΘΗ»
ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΗ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ...

**ΕΝΑ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ
ΣΤΟΜΑ ΑΞΙΖΕΙ...
ΝΑ ΑΝΑΛΑΒΟΥΜΕ ΔΡΑΣΗ!**

1. ΒΟΥΡΤΣΙΖΟΥΜΕ
ΤΑ ΔΟΝΤΙΑ ΜΑΣ ΜΕ
ΦΘΟΡΙΟΥΧΟ
ΟΔΟΝΤΟΚΡΕΜΑ ΔΥΟ
ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΜΕΡΑ.
2. ΕΠΙΣΚΕΠΤΟΜΑΣΤΕ
ΤΑΚΤΙΚΑ ΤΟΝ
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ ΜΑΣ.
3. ΤΡΩΜΕ ΥΓΙΕΙΝΑ
ΚΑΙ ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ
ΤΑ ΖΑΧΑΡΟΥΧΑ
ΠΟΤΑ!



Today

#WOHD24
#HappyMouth

ΕΛΑΤΕ ΜΑΖΙ ΣΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΜΑΣ ΓΙΑ ΜΙΑ
ΠΙΟ ΥΓΙΗ, ΠΙΟ ΧΑΡΟΥΜΕΝΗ ΖΩΗ

worldoralhealthday.org



Παγκόσμια Ημέρα
Στοματικής Υγείας
20 Μαρτίου



60v 13