

Vegemin hammasseikkailu

Vegemi on pieni hyvä vatsabakteeri, joka asuu vatsassasi. Se tykkää seikkailla sisälläsi ystäviensä kanssa. Tänä iltana Vegemi lähtee seikkailulle SINUN suuhusi! Suussasi asuu monia suun bakteereja: osa huonoja, osa hyviä. Hyvät bakteerit pitävät suustasi huolta. Pahat bakteerit pitää harjata huolella pois! Vegemi tervehtii hyviä bakteereja ja katsoo ympärilleen. Edessä kohoaa Hammasvuoristo: "VAU! Onpa täällä paljon hienoja hampaita!" Vegemi ihastelee.



On iltapalan aika. SINÄ syöt leipää, juustoa, retiisejä ja porkkanan paloja. Vegemi tuntee, kuinka Hammasvuoret liikkuvat. Kasvikset ovat kovia ja vaativat pureskelua. ROUSK! Kun pureskelet, leukasi ja hampaasi vahvistuvat. "Tästä herkullisesta iltapalasta saamme vahvat hampaat ja säihkyvän hymyn supervoiman!", he hihkuvat. Vegemi ja suun hyvät bakteerit rakastavat terveellistä ruokaa.

Mutta pahat bakteerit eivät pidä terveellisestä ruuasta yhtään.

Hammasvuorten liike pysähtyy ja tulee rauhallista.

Silloin suuhusi saapuu suuri aalto vettä. HUIII!

Vegemi ja kaverit uivat veden seassa ja pitävät Hammasvuorten seinämistä kiinni. Vegemi on iloinen, ja aivan läpimärkä. Vesi on ihan paras juoma! Se huuhtelee hampaita ja lisää syljen määrää.

Näin suusi voi hyvin. "Suun pitää myös saada levätä. Yöllä juodaan vain vettä!" Vegemi muistuttaa. Myös päivällä suun pitää saada lepoa ruokailujen välillä. Näin hampaat pysyvät vahvoina, tietää Vegemi.



Vegemi ja kaverit istuvat Hammasvuorilla jutellen.

He väistävät, kun iso harja saapuu puhdistamaan SINUN suusi! Ensin pestään takahampaiden sisäpinnat, sitten ulkopinnat, ja lopuksi purupinnat. SUIH SUIH! Aikuinen harjaa SINUN hampaasi huolellisesti, kaksi minuuttia kerrallaan, aamulla ja illalla! Pois pahat bakteerit: harja puhdistaa jokaisen Hammasvuoren kolon, alhaalta ja ylhäältä. Nyt Hammasvuoret kiiltelevät, ja ilma tuntuu raikkaalta. Vegemiäkin väsyttää. On hyvä mennä suu puhtaana nukkumaan ja antaa suun levätä koko yön!

