



Slik unngår du SYRESKADER

Ta sunne valg:

- Drikk vann som tørstedrikk
- Sure drikker med lav pH etser emaljen
- Vi anbefaler ikke energidrikker, på grunn av høyt koffeinnivå

Styr unna drikke med lav pH-verdi:

Brus:	pH-verdi
Sitronbrus	2,4
Coca Cola	2,4
Olden villbringeber	2,8
Urge	2,9
Solo	3,4
Lightbrus:	
Cola light	2,8
Pepsi Max	2,9
Fun light	3,3
Solrik appelsinjuice	2,9
Solo lett	3,5
Energidrikker:	
Burn	2,6
Battery	2,6
Red bull	3,3
Vann med smak:	
Imsdal sitron	3,5
Bonaqua Silver lemon	3,3
Imsdal bringebær	3,3
Imsdal sportsvann	3,4

Velg heller drikke med nøytral pH-verdi:

Drikke:	pH-verdi
Kaffe, sort	5,0
Te, Earl Grey uten sukker	5,0
Farris, blå	5,2
Farris Bris	5,5
Bonaqua Lemon	5,8
Olden naturell	6,0
Bonaqua Silver Natura	6,0
Bonaqua raspberry	6,6
Bonaqua grape	6,7
Bonaqua	6,9
Vann fra springen	7,0
Imsdal	7,1

Kilde: Odontologiske fakultet Oslo og bryggeri og drikkevareforeningen

En frisk munn er en god følelse
- tannhelsetjenesten i Troms
ønsker sunne og friske tenner