

## مسرد المفاهيم والمصطلحات

### استخدام مواد العناية بالمظهر الشخصي وأدواتها

**المظهر الشخصي:** هو الشكل الخارجي للإنسان الذي يعكس نظافته وترتيبه.

**مواد العناية بالمظهر:** هي المواد التي يستخدمها الإنسان للحفاظ على نظافته مثل الصابون والشامبو.

**أدوات العناية الشخصية:** هي الأدوات التي تساعد في تنظيف الجسم مثل الفرشاة والليفة.

**تنظيف الأسنان:** هو إزالة بقايا الطعام والبكتيريا باستخدام الفرشاة والمعجون.

**الاستحمام:** هو تنظيف الجسم بالماء والصابون للحفاظ على النظافة والصحة.

**السواك:** هو عود طبيعي يُستخدم لتنظيف الأسنان بطريقة تقليدية.

**السلوكات الصحية:** هي التصرفات الصحيحة التي تحافظ على صحة الإنسان ونظافته.