

TIPOLOGIA PERIILOR DE DINTI ȘI ALEGEREA CORECTĂ

Alegerea periutei ideale reprezintă uneori o adevărată provocare, având în vedere că oferta actuală este extrem de variată.



Cum alegem periile de dinti ?

Periile trebuie alese în primul rând după:

- caracteristicile filamentelor din care sunt confecționate, ,
- proveniența, natura
- marime, lungime, diametru, aranjament
- consistență, densitate, flexibilitate.



După consistența perilor din care sunt confecționate există trei tipuri:

- ✓ de duritate **medie**, cele mai folosite - pe ambalaj scrie medium, normal sau regular;
- ✓ de duritate **mare - hard**, recomandate fumătorilor și persoanelor care beau cafea, dar trebuie menționat că favorizează retracția gingivală și producerea unor leziuni dentare de periaj, localizate frecvent aproape de coletul dinților cu lipsă de substanță dură (smalț, ciment) și însoțită de hipersensibilitate, mai ales dacă persoana respectivă realizează un periaj mai energetic și nu și-a însușit o tehnică corectă de periaj.

De aceea, recomandăm **prudență în alegerea periilor dure** și mai de grabă folosirea unor perii de duritate mai mică, a căror eficiență este similară dacă stăpânim o tehnică corectă și periajul este chiar mai puțin energetic, dar ceva mai prelungit ca timp, reușind în acest fel să obținem rezultate deosebite;

- ✓ de duritate **mică - soft**, pentru persoane ai căror dinți au o mobilitate crescută, cum sunt cele care au afectare parodontală, sunt mai puțin traumatizante, de aceea sunt indicate pentru periajul șantului gingival și al zonelor interdentare, precum și persoanelor care prezintă hipersensibilitate. Periile moi nu pot însă îndepărta depozitele grele de placă gingivo-dentară depuse de mai mult timp.

Din multitudinea de perii recomandăm:



- ✚ perii cu filamente din plastic, moi, cu vârful rotunjit (medium sau soft);
- ✚ perii din păr natural, cu patru rânduri de tufe;
- ✚ perii pentru ortodonție cu trei rânduri de tufe, iar rândul din mijloc este mai scurt;
- ✚ perii moi din plastic, cu două rânduri de tufe, pentru periajul șantului gingival;
- ✚ perii cu o singură tufă pentru periajul ambrazurilor și în incongruența dento-alveolară cu înghesuire;
- ✚ peria cu mâner de plastic, ce se poate îndoi și rămâne în poziția dorită pentru zonele greu accesibile.

Mânerul periutei de dinți trebuie să permită menținerea, să nu alunece în timpul folosirii, o curbură a mânerului ajută în adaptarea periutei în zonele distale unde se ajunge dificil.

Capul periutei de dinți trebuie să fie suficient de mic, pentru a ușura pătrunderea corectă în toate zonele arcadei dentare, dar destul de lung, pentru a acoperi mai mulți dinți de o dată.

Reușita și eficiența profilaxiei odonto-parodontale depind în mare măsură de alegerea corectă a periutei de dinți. Eficiența periajului dentar depinde de caracteristicile periutei și de felul cum este confecționată, astfel încât să fie ușor de utilizat și potrivită fiecăruia.



Alegerea periuței dentare depinde de:

- existența și gradul inflamației gingivale;
- tipul gingiei: fină, fragilă, fibroasă, rezistentă;
- prezența și gradul retracțiilor parodontale;
- sensibilitatea dentară;
- nivelul joncțiunii smalț-ciment;
- aspectul spațiilor interdentare;
- malpozițiile dentare, existența restaurărilor conjuncte sau a obturațiilor coronare; incidența cariei și a parodontopatiilor.



Pentru cei mici

Periuța de dinți joacă un rol important în igiena orală. Pe piață există diferite tipuri de periuțe realizate în funcție de necesități. Sunt periuțe de dinți special concepute pentru cei mici. Trebuie aleasă o periuță de dinți corespunzătoare vârstei lui.

Aceste periuțe destinate special celor mici sunt concepute pe stadii de dezvoltare, ținând cont de abilitățile fizice și psihice ale acestora, și urmăresc încurajarea formării unor deprinderi sănătoase cu privire la menținerea igienei și a stării de sănătate încă de la cele mai fragede vârste. De altfel, periile de dinți pentru bebeluși și copiii mici sunt nu numai ergonomice, ci și frumos colorate, pentru a fi mai atractive.

Sunt periuțe atât manuale, dar și electrice. Nu există dovezi momentan conform cărora una este mai bună decât cealaltă în îndepărtarea resturilor alimentare și în curățarea eficientă. Folosirea corectă realizează probabil în egală măsură o îndepărtare eficientă a plăcii microbiene și a detritusurilor organice, la periajul electric timpul necesar periajului fiind însă mai scurt 1-2 minute, față de 3-5 minute la periajul manual. O diferență notabilă este aceea că periuța electrică este mai scumpă decât cea manuală.



De ce să folosesc periuța de dinți electrică?

- ✓ poate acoperi suprafețe dentare mai mari decât periuțele clasice în timp mai scurt;
- ✓ nu necesită îndemânare deosebită;
- ✓ îndepărtează mai multă placă bacteriană decât o periuță clasică în timp mai scurt;
- ✓ este eficientă împotriva bolilor parodontale;
- ✓ reduce petele dentare;
- ✓ îmbunătățește sănătatea gingivală;
- ✓ suprafața limbii, care are bacterii dăunătoare dinților, poate fi curățată cu o periuță electrică;
- ✓ este recomandată persoanelor cu aparat ortodontic, în vârstă sau cu handicap;
- ✓ reduce inflamațiile gingivale;
- ✓ sunt de diferite tipuri, forme și culori, adaptate fiecărui membru al familiei;
- ✓ motivează o persoană să-și curețe dinții într-un mod mai eficient decât cea manuală;
- ✓ o periuță de dinți electrică poate funcționa între 7.000 și 30.000 de rotații pe minut;
- ✓ există periute electrice ce produc unde sonice care contribuie la acționarea eficientă în îndepărtarea plăcii dentare, asigurând un periaj dentar perfect;
- ✓ sunt mai ușor de utilizat și se recomandă atât copiilor, cât și adulților.



De ce să folosesc periuța de dinți manuală?

- ✓ nu implică costuri ridicate în momentul schimbării ei la fiecare două-trei luni;
- ✓ ai controlul presiunii asupra gingiilor;
- ✓ este utilă și comodă în călătoriile (în aeroport, în excursiile cu cortul etc.);
- ✓ are durată de viață mai lungă decât periuța de dinți electrică.

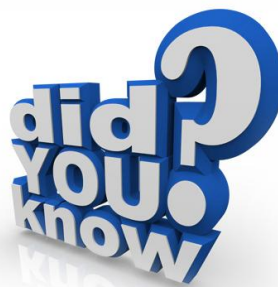
Care periuță de dinți este mai bună?

În ceea ce privește eficiența uneia sau alteia, părerile sunt împărțite. Diverse studii din domeniu au demonstrat că periuțele electrice sunt superioare celor convenționale și viceversa.

În cele din urmă, arbitrul suntem noi, decizia legată de eficiență și utilitatea unei periuțe de dinți sau alteia ne aparține.

Ceea ce e bine de știut este că nici periuța de dinți clasică și nici cea electrică nu afectează plombele, smalțul sau coroanele dentare.

Va recomandam inasa sa aveti in vedere periile de dinti profesionale.



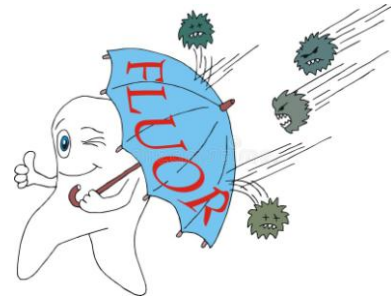
STIAI CA?

Periuța de dinți își are originea în **betigașele** pe care le mestecau babilonienii cu 3.500 de ani î.Hr. Grecii antici și romanii încercau să își curețe cavitatea bucală mestecând un fel de betigașe. Acestea erau confecționate din lemnul unor arbori cu esențe aromatice, recunoscuți pentru calitatea lor de a curăța și înmprospăta cavitatea bucală, având dimensiunile unui creion din zilele noastre. Utilizarea acestor betigașe este confirmată de manuscrise datând din secolul al XVI-lea î.Hr.

Periuța de dinți a fost inventată de chinezi în secolul al XV-lea. Era confecționată din păr de mistreț siberian, fixat pe un mâner din os sau din bambus. Totuși, părul de mistreț era cam aspru, astfel încât cei care se spălau pe dinți pe vremea aceea preferau părul de cal, mai scurt decât cel de mistreț. Prima periuță produsă la scara largă a fost realizată de William Addis din Clerkenwald, Anglia.

Succesorii săi vor confecționa cele mai bune periuțe englezești, cu mânere din os și un fir metalic subțire, cu fire de păr natural, de porc, de la animale crescute în zone cu climă rece, precum Siberia sau China. Primul american care a brevetat o periuță de dinți a fost H.N. Wadsworth, în 1857. Companiile americane au început să producă periuțe de dinți începând din 1885.

Prima periuță de dinți electrică a fost realizată în 1939, în Elveția, dar a început să fie comercializată abia în 1960, în SUA, de Squibb; periuța se numea Broxodent. General Electric a lansat periuța fără fir, cu acumulatori, în 1961. Interplak a fost prima periuță electrică de dinți cu mișcare rotativă destinată uzului la domiciliu, lansată în 1987.



Prea mult fluor poate dauna dinților?

Desigur, stim ca fluorul este necesar unei danturi sanatoase si frumoase. Suntem tentati cu foarte multe produse de ingrijire a dinților care contin compusi pe baza de fluor, mai ales paste de dinti cu efect protector impotriva cariilor dentare, [respiratiei urat mirositoare](#) si [gingivitei](#).

Totusi, in ultima perioada specialistii au observat ca fluorul se dovedeste a fi destul de periculos, mai ales pentru copiii cu varsta mai mica de 8 ani, deoarece poate stimula aparitia unei afectiuni numite “fluoroza smaltului” sau “fluoroza dentara”.

Aceasta consta in formarea unor depozite minerale excesive de [fluor](#) la nivelul smaltului in formare si maturare. La inceput, fluoroza se manifesta prin aparitia unor pete albicioase la nivelul dinților, in sa in final acestea isi modifica dramatic culoarea, devenind maronii si imprimand intregilor dinti aceasta nuanta.

Gravitatea afectiunii rezida in faptul ca sunt afectati dintii ce urmeaza sa erupa, dintii in formare, care vor realiza dantura definitiva. Datorita caracterului intrinsec al afectiunii, stomatologii nu pot face nimic pentru a indeparta petele de la suprafata dinților, de aceea este foarte important ca rezolvarea acestei afectiuni sa se faca pe cale sistemica.

Fluorul in exces poate sa afecteze si arhitectura dinților, stimuland aparitia porozitatilor in smalt, ceea ce slabeste foarte mult rezistenta acestui compus

mineral. Fluoroza dentara poate fi cauzata atat de pasta de dinti folosita, cat si de apa potabila. Problema este mai frecventa in localitatile care nu au apa curenta si se aprovizioneaza din fantani contaminate, unde concentratia fluorului poate fi foarte crescuta.

Pentru a ne asigura ca nu exista pericolul de ingestie a unor cantitati mari de pasta de dinti, accidental sau intentional (“in joaca”), parintii sunt sfatuiti sa isi supravegheze copii in timpul periajului dentar si sa ii invete cum sa se spele corect pe dinti.

Este foarte important de respectat instructiunile producatorilor de pasta de dinti, care ne sfatuiesc sa nu exageram cu pasta de dinti in cazul copiilor: o cantitate similara unui bob de mazare este destul pentru asigurarea unui periaj corect si cu efecte protectoare. Cele mai multe cazuri de fluoroza dentara apar la copii care se joaca cu pasta de dinti si care doresc sa “experimenteze” gustul acesteia.

Nesupravegheati, acestia ingera cantitati crescute de pasta de dinti, uneori timp indelungat, iar efectele sunt vizibile cand este prea tarziu. In unele cazuri, mai ales daca este vorba de copii mai mici, specialistii recomanda chiar utilizarea unei paste de dinti fara fluor, pentru ca astfel pericolul sa fie eliminat in intregime.

PE DATA VIITOARE CAND NE INTALNIM

Daca ti-au placut informatiile te astept din nou saptamana viitoare cu informatii interesante despre **tipurile pastelor de dinti si continutul lor** (compozitie naturala vs chimica).

Mai multe despre **promotiile si campaniile noastre** de preventie gasesti pe facebook.com/medxray.ro

