

PASTA DE DINTI –CUM ALEGEM PASTA DE DINTI SI CE TIPURI EXISTA ?

Capitolul I

Pentru inceput este bine sa cunoastem ce poate sa contina o pasta de dinti?

Pana la utilizarea pastei de dinti in fiecare zi (si chiar de mai mult de doua ori pe zi), multe persoane nu cunosteau compozitia acesteia. Dupa ce au observat ca pasta de dinti ajuta la mentinerea dintilor sanatosi, previne cariile, reda o respiratie proaspata si multe alte beneficii, au dorit sa cunoasca **ingredientele incluse intr-o pasta de dinti.**

Pasta de dinti contine diverse ingrediente si fiecare au functii speciale in igiena dentara.

Unul dintre cele mai importante ingrediente este ***fluorul***, cunoscut ca *fluorina* (mineral).

Fluorul ajuta la intarirea si albirea dintilor.

Celelalte ingrediente ajuta la prevenirea formarii placii si la eliminarea (in cazul in care exista deja) acesteia.

Aditivii chimici asigura sanatatea gingiei.

In plus, ***agentii umectanti*** (glicerina si sorbitolul sunt cele mai comuni agenti) folositi au rolul de a pastra textura pastei cremoasa.

Pentru formarea spumei, in continutul pastei s-a adaugat *detergenti*. Cel mai cunoscut detergent utilizat este ***sulfatul de sodiu lauril***.

Dioxidul de silicon este inclus in pasta de dinti, in forma utilizabila. Aceasta mai are proprietatea de a nu lasa lichidul sa se separe de componentele solide.

Substantele abrazive din pasta de dinti au rolul de a curata, lustrui si elimina placa bacteriana de pe dinti.

Pe langa toate acestea, un alt ingredient important este **bicarbonatul de sodiu** (un agent de lustruire, fara efecte negative asupra fluorului). In plus, bicarbonatul de sodiu ajuta la neutralizarea acizilor orali si de a preveni formarea cariilor.

Si in ultimul rand, toate pastele de dinti au **agenti aromati, indulcitorii** (scortisoara si menta) si **colorantii** imbunatatesc gustul si aspectul pastei.

Continutul pastei de dinti in procente:

- a. detergenti abrazivi (1 - 2 %)
- b. agenti de "legatura" (1 %)
- c. umectanti (intre 10 si 30 %)
- d. fluorina, indulcitori si coloranti (1 - 5 %)
- e. substante de conservare (0,05 %)
- d. apa

Capitolul II

...apoi este foarte important sa stim care sunt pasii necesari de parcurs pentru a ne asigura ca facem tot ce tine de noi pentru a avea dinti sanatosi atat pe termen scurt cat mai ales pe termen lung.

Pentru a avea un rol preventiv, igiena orala trebuie a fie precisa si completa. Adica, trebuie sa inlature rezidurile alimentare si placa bacteriana nu doar de pe suprafata dintilor, dar si de pe spatiile dintre dinti si de pe linia gingiei.

Pentru a preveni si a ajuta pastrarea dintilor si a gingiilor fara placa si alte bacterii, este important sa periat si sa folositi ata dentara in fiecare zi precum si sa efectuati alti pasi de ingrijire zilnica, inclusiv vizita la dentist in mod regulat. Acesasta abordare in 3 Pasi faciliteaza mult mai bine igiena orala prin educatie si obisnuinta.

Pasul 1 – Folosirea Pastei si Periei de dinti



Doar perierea dintilor nu este suficienta deoarece inlatura doar pana la 50% din placa. Periuta de dinti este un instrument fundamental de important pentru igiena orala; cu cat caracteristicile sale sunt mai bune, cu atat este mai eficienta in inlaturarea placii dentare. Aproape toata lumea isi perie dintii in fiecare zi, dar in ciuda acestui fapt, 3 din 4 adulti

sufera de gingivita in timpul vietii. DE CE ?

Doar perierea nu este suficienta pentru obtinerea unei igiene orale complete. Ar trebui sa stiti, de fapt, ca reprezinta doar prima faza in obtinerea unei igiene orale complete.



Pasul 2- Ata dentara

Folosirea atei dentare pastreaza gingiile sanatoase si reduce placa de sub linia gingiei. Perierea si ata dentara reduc placa pana la 70%. Intrebuintarea combinata a periutei de dinti si a atei dentare constituie o imbunatatire considerabila. Pentru inlaturarea resturilor alimentare si a bacteriilor acumulate in zonele unde este imposibil pentru periuta sa ajunga, este fundamental importanta folosirea atei dentare: doar in acest fel se poate ajunge in zonele dintre dinti si sub linia gingiei.

Pasul 3 - Ingrijire personalizata



Pentru o sanatate optima a gingiilor, perierea, ata dentara si controlul profesional al dintilor in mod regulat, determina rutina personala in igiena dentara. Periatul dintilor si ata dentara nu sunt suficiente in obtinerea unei igiene dentare complete. Asa cum sunt diferite tipuri de piele si de par, la fel de diferite sunt si cavitatile bucale si aceasta necesita o atentie speciala. Pentru o ingrijire optima a gingiilor, consultati medicul stomatolog pentru a obtine sfaturi cu privire la produsele specializate in personalizarea regimului de igiena orala personala, cum ar fi sistemele interdentare, pasta de dinti si apa de gura.

Capitolul III

...ca urmare a finalizarii ultimului pas mai sus amintit-**vizita periodica la medicul dentist**- este decisiv sa urmati sfatul acestuia in alegerea pastei de dinti ce va fi folosita.

Medicul dentist este singurul in masura sa analizeze obiectiv si profesional toate elementele care trebuie sa fie cuprinse in continutul pastei de dinti astfel incat problemele dvs. particulare ,identificate in cadrul vizitei medicale sa fie rezolvate punctual.

De ce este important sa urmam sfatul medicului?

Deoarece pastele de dinti difera ca si structura si compozitie chimica, fiind create diferit si destinate punctual solutionarii diverselor tipuri de afectiuni.

Tipuri de paste de dinti :

- Paste de dinti care hranesc, calmeaza si revitalizeaza gingia. Datorita continutului de Vitamina E / Aloe / Vitamina B5,
- Paste de dinti care protejeaza impotriva degradarii datorita concentratiei de 950ppm Flour, acestea nu contine sulfat lauril sau sulfati de agenti anionici pentru actiune delicata asupra mucoasei orale si asigura maximul biovalabil al CHX
- Paste de dinti care redau albul natural al dintilor, fiind delicat cu gingiile. Ele indeparteaza delicat petele de suprafata datorita silicatului nonabraziv. Contine 1490 ppm fluor.
- Paste de dinti multifunctionala menita sa promoveze sanatatea dintilor si gingiilor, care contin Coenzima Q10 si etracte naturale , binecunoscuti antioxidanti care fortifica gingiile.
- Paste de dinti care ofera protectie de durata impotriva placii si cariilor dentare multumita unui sistem inovativ anti-placa care absoarbe bacteriile daunatoare, in mod natural; dar si multumita continutului de Flour (1450ppm) si Isomalt.
- Paste de dinti care ofera alinarea zilnica si preventia dintiilor si gingiilor sensibile.
- Paste de dinti care nu mascheaza doar respiratia urat mirositoare, dar si actioneaza asupra cauzelor pentru un control al respiratiei de lunga durata.
- Paste de dinti care educ formarea placii datorita actiunii antibacteriene.
- Paste de dinti care ajuta la protejarea impotriva cariilor .
- Paste de dinti create special pentru calmarea imediata si de lunga durata a simptomelor generate de xerostomie (gura uscata).Protejeaza cavitatea bucala de la deteriorarea cauzata de uscaciune.



Asadar va doresc o alegere corecta si eficienta !