

# Mijloace de igienizare a cavității bucale



## Sabau Sinziana

Facultatea de Medicina Dentara  
An I

# CUPRINS

- PERIUTA DE DINTI
- GUMA DE MESTECAT: avantaje si dezavantaje
- ILUSTRATII PERIAJ ELECTRIC
- ILUSRTATII PERIAJ MANUAL

# PERIUTA DE DINTI

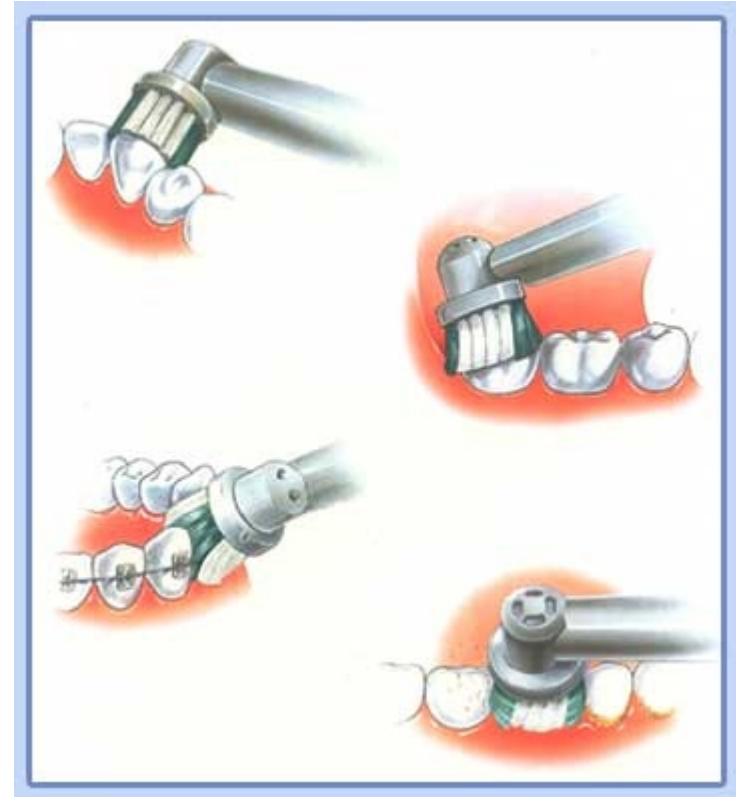
- Trebuie folosita de cel puțin de 2 ori pe zi.
- Trebuie schimbata o data la 3-5 luni.
- Dintii trebuie periați în sensul lor de creștere, după fiecare masa minim 3 minute.
- Periuța electrica: Se pare că eficiența ei este mai mare.
- Exista mijloace suplimentare de menținere a igienei orale: ața dentară, periuța interdentara, dușul bucal. Suprafețele interdentare, inaccesibile periuței, se curăță cu ața (mătasea) dentara. Se pare că folosirea ei constantă duce la o scădere a ratei cariei interdentare cu 50 %.
- In cazul persoanelor cu spatii mari între dinti, cu lucrari protetice fixe-punti dentare, zone in care ata dentara nu mai este eficienta, se foloseste periuta interdentara.

# GUMA DE MESTECAT:avantaje si dezavantaje

- Favorizeaza apariția cariilor dentare.
- Cum acționează însă? Prin mestecare, se stimulează creșterea fluxului salivar, care "spală" resturile alimentare rămase pe dinți; tot saliva abundentă determină și menținerea pH-ului în limitele normale.
- Care este reversul medaliei? (că doar nu credeți încă în existența remediilor miraculoase.). Așadar, prin stimularea secreției salivare, este stimulată și secreția sucului gastric (cel care se ocupă în stomac de digerarea alimentelor), iar mestecatul în exces (mai mult de 20-30 de minute după masă) poate duce la apariția unei gastrite, sucul gastric conținând o mare cantitate de acid clorhidric.

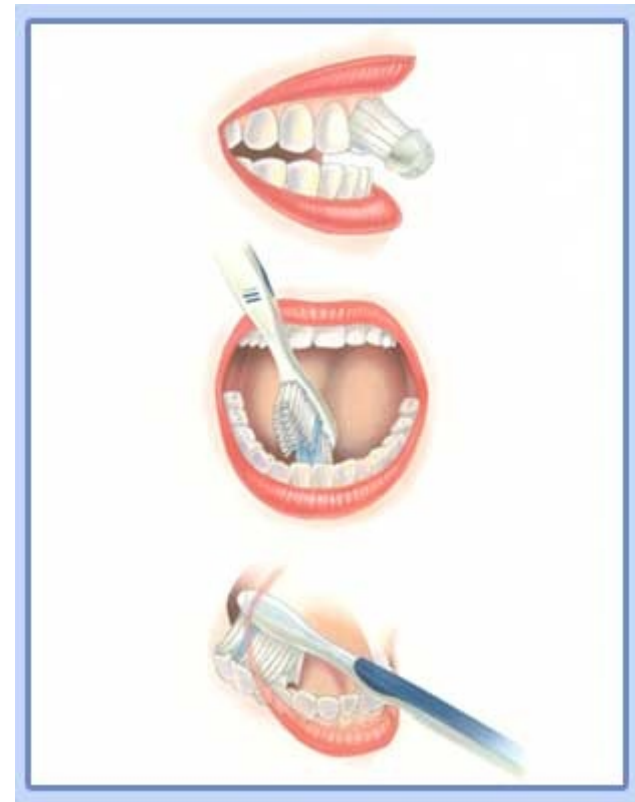
# PERIAJ ELECTRIC

O alta modalitate pentru curatarea  
dintilor este periuta electrica care s-a  
dovedit a fi foarte eficienta.



# PERIAJ MANUAL

**Periajul corect este esential pentru curatarea dintilor si a gingiilor. Este mult mai important cum te speli pe dinti decat cat timp petreci in acest sens. Periajul trebuie facut usor, curatand concomitent si gingia. Se perie usor fatadele dintilor dinspre gingie spre marginea libera a dintilor, atat la exterior cat si pe latura interioara, spre limba. Periajul se face in plan orizontal, dar si vertical.**



# CONCLUZII

- Respectand mijloacele de igienizare a cavitatii bucale rezultatele vor fi surprinzătoare: o respirație proaspătă care durează mult mai mult și o scădere a numărului de carii și a cantității de tartru din gura. In general, periajul și clătutul, pe lângă îndepărtarea resturilor alimentare și parțial a plăcii bacteriene, reduc până la 50% din totalul germenilor bacterieni responsabili de producerea cariei. Este adevărat că efectul este de scurtă durată, majoritatea germenilor reapărând în salivă după aproximativ 20 de minute.