



Principi di igiene orale

La qualità dell'igiene orale mantenuta a casa è fondamentale per la salute del cavo orale.

La causa dei problemi gengivali e dentali è una infezione batterica. I batteri riescono ad organizzarsi in una struttura che aderisce tenacemente a tutto ciò che è presente nel cavo orale. Se tale agglomerato non viene rimosso quotidianamente, riesce a danneggiare i denti (caries dentale) e le gengive (gengiviti e/o parodontiti).

Il controllo e la rimozione della placca batterica sono nelle tue mani!

L'Igienista dentale e l'Odontoiatra ti metteranno in condizione di avere una bocca sana e pulita ma poi il mantenimento della salute non può prescindere dalla tua attiva collaborazione.

Pulisci i denti dopo i pasti principali e prima di andare a dormire. Usa anche il filo interdentale e, se necessario, lo spazzolino interprossimale (scovolino).

I chewing-gum allo Xilitolo possono essere una soluzione nell'impossibilità di spazzolare i denti.

Cerca di limitare l'assunzione di cibi contenenti zuccheri quando non hai la possibilità di lavare i denti.

A causa della adesione tenace della placca batterica ai tessuti del cavo orale, nessun collutorio riesce a rimuoverla. Per questo, l'uso di colluttori disinfettanti non solo è inutile, ma sconsigliato. Va limitato a brevi periodi e dietro prescrizione dello specialista.