

## LAVARSI I DENTI DOPO I PASTI PER EVITARE PROLIFERAZIONE BATTERI

Bisogna sempre ricordarsi di lavarsi i denti perché la cattiva igiene orale potrebbe causare gravi problematiche molto difficili da risolvere. Forse la maggior parte delle persone si recherebbe subito in bagno a lavarsi i denti se sapesse che su ogni dente ci sono oltre un miliardo di batteri. Senza una corretta igiene orale, tali batteri possono fare seri danni. Ne sono certi esperti e parodontologi, che invitano ad evitare cure fai da te. Bisogna recarsi spesso dal dentista per tenere sotto controllo la condizione dei nostri denti. Se entro 4 ore da un pasto non ci laviamo i denti, la placca batterica diventa veramente pericolosa, favorendo l'insorgenza di carie ed infiammazione alle gengive. A proposito, ben 20 milioni di italiani soffrono di infiammazione alle gengive! Se non ci si lava i denti dopo i pasti, la placca batterica si moltiplica velocemente e lede il cavo orale. Moltissimi italiani sono affetti da parodontite grave ed altri rischiano addirittura di restare senza denti. La maggior parte degli italiani, invece di recarsi dal dentista in presenza di gengive dolorose, arrossate o infiammate, usano rimedi fai da te, come collutori per denti sensibili. C'è chi, inoltre, si limita a cambiare spazzolino o dentifricio. Ecco perché 8 italiani su 10 peggiorano la condizione dei loro denti e gengive. Spesso gli effetti di tale atteggiamento lassista sono molti gravi. Da un'indagine condotta recentemente su iniziativa della Società Italiana di Parodontologia e Implantologia è emerso che il 70% degli italiani non conosce la parodontite e i suoi effetti; inoltre quasi nessuno sa che la parodontite è sinonimo di piorrea, nome con cui veniva citata spesso anni fa. Solo un terzo degli italiani, poi, è al corrente delle conseguenze della parodontite, dalla semplice infiammazione delle gengive alla perdita dei denti. Quasi la totalità delle persone vorrebbe più informazioni sulla parodontite: ecco perché il Ministero della Salute ha appoggiato una campagna di sensibilizzazione su tale patologia con pubblicità in radio, in tv e, ovviamente, sul web. Ricordiamo, inoltre, che per ottenere maggiori info sulla parodontite può visitare il sito [www.gengive.org](http://www.gengive.org).