

SALUTE ORALE

2

IL DENTISTA - CONSIGLIA

Le 10 tappe per una corretta prevenzione della salute orale

1) Lavare i denti tutti i giorni e almeno due volte al giorno: mattina e sera, dopo i pasti, il lavaggio dei denti diventa la principale misura di prevenzione.

2) Usare una pasta dentifricia: l'uso di una pasta dentifricia contenente fluoro, o altre sostanze in grado di prevenire la carie è un aiuto indispensabile.

3) Usare il filo interdentale: l'uso del filo interdentale almeno una volta al giorno aiuta nella rimozione di residui alimentari negli spazi dove è più difficile l'azione dello spazzolino da denti.

4) Controllare lo stato dei tessuti circostanti il dente: un sanguinamento o una riduzione dell'altezza delle gengive intorno ad uno o più denti può essere legato ad uno stato di infiammazione gengivale. Il controllo di questa parte della bocca è molto importante perché la malattia gengivale può avanzare silenziosamente fino ad arrivare agli stadi di gravità più avanzati.

5) Recarsi regolarmente dal dentista ogni sei mesi per un controllo odontoiatrico: è la misura più efficace per scoprire immediatamente nuove carie dentali, trattarle prima che si approfondiscano e controllare lo stato di salute dei tessuti di sostegno del dente.

6) Eseguire una seduta di igiene orale professionale ogni sei mesi: il tartaro non

favorisce la buona salute orale. Se non diversamente consigliato, eseguire con regolare frequenza semestrale, una seduta di igiene orale professionale è una misura di prevenzione estremamente efficace.

7) Non fumare: il fumo danneggia gravemente anche i tessuti della bocca.

8) Attenzione alla alimentazione: una dieta densa di sostanze zuccherate e ripetutamente assunte, può provocare maggiore rischio di carie dentale.

9) Le mamme e lo svezzamento: la mamma è la principale fonte di passaggio di placca batterica nella bocca del bambino. Per evitare che il piccolo possa sviluppare precocemente una placca

batterica capace di indurre carie la mamma deve avere una bocca sana oppure evitare di assaggiare i cibi prima di porgerli al bambino utilizzando le stesse posate.

10) Evitare il contatto prolungato fra cibi o bevande o farmaci zuccherati ed i denti: il prolungato ristagno di sostanze zuccherate sulla superficie del dente, specie nei denti da latte, aumenta gravemente il rischio di carie dentale.

LA CURIOSITÀ: IL PERSONAGGIO

Da dentista a cacciatore di taglie

Nel fantasy-western di Quentin Tarantino

La notte degli Oscar ha incoronato Christoph Waltz come migliore attore non protagonista. L'attore austriaco è stato premiato per la sua interpretazione del **dentista** cacciatore di taglie in Django, il fantasy-western di Quentin Tarantino. Waltz interpreta nel film la parte di King Schultz un **dentista** tedesco che vive negli Stati Uniti del Sud alla vigilia della guerra civile e che compra e libera uno schiavo nero, Django, in quanto l'unico capace di riconoscere tre fratelli sulla cui testa pende una taglia. Infatti il **dentista** ha abbandonato la professione diventando cacciatore di taglie, una soluzione che oggi seppur per coloro che volessero cambiare la propria attività risulterebbe difficile da percorrere....



NOTIZIE UTILI

Cosa è bene sapere per la prevenzione

Semplici raccomandazioni da tenere a mente

Lo sapevi che...

- Se un otturazione è diventata scura può essere indice di infiltrazione o che abbia assorbito alimenti. In ogni caso è un segnale da non trascurare e necessità di una imminente visita dal proprio **dentista** per verificare la situazione.

- I denti vanno spazzolati in senso verticale dalle gengive verso i denti sia sulle facce vestibolari che linguali e palatali. Lo spazzolamento "va e vieni" va effettuato solo sulle facce masticatorie dei denti.

- E' consigliabile far visitare i bambini fin dalla eruzione dei primi denti da latte. Indispensabile, invece, una visita odontoiatrica tra i cinque ed i sei anni, età nella quale erompono (cominciano a "spuntare") i primi denti definitivi.



ANDI
Associazione Nazionale Dentisti Italiani
Sezione Provinciale di Genova
Piazza della Vittoria 12/B
16121 Genova
tel 010/581190 Fax 010/581411
e-mail: genova@andi.it
Per curiosità e quesiti inviate una mail a: giovanicalcatron@ilsecoloxix.it