

Как правильно выбрать зубную щётку?

За прошедшие столетия конструкция зубной щётки претерпела множество изменений. История зубной щётки началась очень давно, в древности люди для чистки зубов использовали размоченные палочки, «жевательные палочки», лишь в конце XV века китайцы начали вставлять щетину кабана в стебель бамбука.

В Европе щетину кабана заменили на мягкую лошадиную шерсть. В Древней Греции изобрели другой способ чистить зубы — их натирали льняной тканью или губкой, смоченной сернистым маслом и соляным раствором. Иногда губку прикрепляли к палочке, чтобы очистить дальние зубы. В Киевской Руси зубы чистили дубовыми кисточками, а в Индии с древнейших времён и до наших дней используют для чистки зубов веточки дерева «ним».

Первое подобие современной щётки появилось в конце XVIII века — пучки щетины с коровьего хвоста вставлялись в отверстия, просверленные в рукоятке из коровьей кости. Во время Первой мировой войны рукоятки зубных щёток стали изготавливать из целлулоида, а вот щетина животного происхождения использовалась вплоть до 1937 года.

Именно в 1937 году в лаборатории компании Du Pont Wallace H. Carothers был создан нейлон, который и сегодня используется для производства множества видов продукции. Это событие изменило и историю развития зубных щёток. Уже через год, 24 февраля 1938 года, была выпущена первая зубная щётка с нейлоновой щетиной под названием Dr. West's Miracle-Tuft Toothbrush.

Нейлоновая щетина полностью вытеснила с рынка щетину животного происхождения, потому что последняя имела массу минусов, в частности, щётка плохо сохла и способствовала активному размножению бактерий. Среди преимуществ нейлона — низкая стоимость производства, возможность изменять текстуру щетинок, придавать кончикам щетинок различную форму и варьировать диаметр щетинок. Кстати, щетина для зубных щёток сегодня бывает не только из нейлона, но и из полиуретана и поливинила, но принципиальной разницы между материалами нет.

24 февраля 1938 года была выпущена первая зубная щётка с нейлоном вместо натуральной щетины, что сделало чистку зубов более гигиеничной и безопасной.

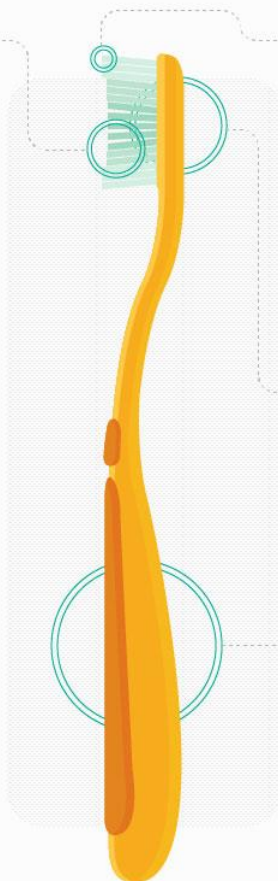
В начале 50-х годов был создан мягкий нейлон, щётка из него стоила в несколько раз дороже жёсткой. Сегодня в продаже всегда имеются зубные щётки различных размеров, форм и расцветок, с щетиной разной степени жёсткости. Как разобраться в изобилии вариантов и выбрать зубную щётку, которая будет подходить именно вашим зубам?

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ ЗУБНУЮ ЩЕТКУ?

СТЕПЕНЬ ЖЕСТКОСТИ ЩЕТИНЫ

- ОЧЕНЬ МЯГКАЯ**
 - при заболеваниях ротовой полости (при пародонте)
- МЯГКАЯ**
 - для детей до 12 лет
 - при проблемах с деснами или эмалью зубов
 - для беременных
 - для людей, страдающих сахарным диабетом
- СРЕДНЕЙ ЖЕСТКОСТИ**
 - для людей со здоровыми зубами
- ЖЕСТКИЕ**
 - для чистки съемного протеза
 - для тех, у кого есть склонность к образованию зубного налета
- ОЧЕНЬ ЖЕСТКИЕ**
 - используются только по рекомендации врача
 - чаще всего, для тех, у кого есть склонность к образованию зубного камня

перед выбором щетины
посоветуйтесь с дантистом



КОНЧИКИ ЩЕТИНОК

- Округленные**
меньше всего царапают десну
- Заостренные**
лучше вычищают зубы и пространства между ними
- Тупые**
хорошо массируют десны

ГОЛОВКА ЩЕТКИ

- Длина**
для взрослых 2,5-3 см
для детей – 1,5-2 см
- Подвижная головка
помогает почистить даже дальние зубы

РУЧКА ЩЕТКИ

- Длинная – позволяет регулировать нажим и избежать травм эмали и десен
- С резиновыми элементами, чтобы рука не скользила

НА УПАКОВКЕ ЗУБНОЙ ЩЕТКИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ:



- информация о производителе, название фирмы, почтовый адрес
- знак «Ростеста»

ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ



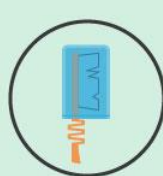
не хранить взрослые и детские щетки в одном стакане



не хранить щетку в закрытом футляре



каждый раз после использования хорошо мыть щетку горячей водой и оставлять сушиться



надевать на рабочую поверхность щетки защитный колпачок-футляр



раз в неделю щетку нужно держать несколько минут для дезинфекции в антибактериальном ополаскивателе для зубов



раз в 3 месяца менять щетку - щетина «разломачивается» и эффективность сводится на нет



после перенесенного заболевания полости рта (стоматит, гингивит и т. д.) щетку обязательно нужно заменить на новую.

Кроме стандартных зубных щёток, которые различаются видом щетины, длиной головки и самой ручки, также существуют специальные щётки.

Есть зубные щётки, которые рассчитаны на детей, они бывают с обычной и резиновой щетиной. Лечебно-профилактические щётки предназначены для проблемных зубов — это может быть неправильный прикус, наличие на зубах конструкций ортопедического характера, зубные импланты. Такие щётки не рекомендуется использовать людям, у которых с зубами всё в порядке.