Выбор зубной щетки

Заходя в магазины и аптеки, мы видим большое количество различных зубных щеток. Но не всегда мы правильно можем выбрать щетку, которая подходила бы нам. Ведь не все мы знаем, как это сделать правильно.

Все мы знаем, что очень важно следить за состоянием полости рта, чистить зубы ежедневно и очищать промежутки между зубами с помощью зубной нити. Также необходимо регулярно посещать стоматолога.

Мы постоянно пользуемся зубными щетками и пастами. Но больше внимания уделяем пасте, возможно, из-за повальной телерекламы. Поэтому зачастую при выборе зубной щетки мы руководствуемся только ее внешним видом. И забываем о том, что некачественная зубная щетка может принести вред здоровью ротовой полости.

Есть несколько критериев, которые определяют качество щетки:

* щетина
* конфигурация
* головка
* соединение ручки и головки

В выборе подходящей зубной щетки не надо гнаться за рекламой.

Одним из важных критериев при выборе является жесткость щетины. Изготовители зубных щеток, в основном, создают щетки жесткие, средней и мягкой жесткости. Но есть еще и очень мягкие щетки, созданные для людей с часто кровоточащими деснами. Когда мы уверены в крепости десен, то можем выбрать для себя жесткую щетку, которая обеспечивает мощный массаж десен. Если же мы не хотим травмировать слабые десны, то должны пользоваться мягкими щетками. А в том случае, если кровоточивости десен не было, но мы не уверены в их крепости, то лучше выбрать щетку средней жесткости. Сейчас щетина изготовляется из синтетических материалов, так как было доказано, что натуральная щетина может вызывать размножение микробов.

Кроме того, натуральная щетина не так крепко держится на головке и может попасть в желудочно-кишечный тракт, что чревато нехорошими последствиями. А вот новые материалы, которые используют для изготовления щеток, реже способствуют появлению микробов, а также не покидают определенного для них места. Кроме того, благодаря современным технологиям, получилось создать щетку с индикаторными волосками. Краска на таких щетках со временем исчезает, подавая знак хозяину о том, что ее пора заменить.  
Для детей изготовляют специальные щетки. Для ребенка до года выбирайте поролоновую щетку, которую надо увлажнять кипяченой водой. Для детей постарше можно использовать обычную мягкую щетку. Надо помнить и о том, что щетина должна быть аккуратной и находится близко около головки. Ведь одним из признаков подделки как раз и является лохматость  щетины.

Когда мы определим для себя, какая степень жесткости должна быть у нашей щетки, мы обязаны обратить внимание на рельеф щетины. Существуют щетки с одним уровнем щетины и двухуровневые (interdent), а также те, в которых щетина х-образная. В двухуровневых щетках ворсинки расположены то выше, то ниже. С ее помощью можно лучше очистить труднодоступные места, что позволяет предотвратить появление кариеса. Идеальная щетка должна быть такой, которая не травмировала бы ротовую полость, не должна притягивать полимерную пыль, а также лучше, если ее кончики закруглены. Размер головки щетки может быть также разным, от 18 до 35 мм. Для того, чтобы мы легче могли манипулировать щеткой во рту, лучше использовать щетки небольшого размера.   
Хорошим показателем для зубной щетки является гибкое соединение ручки и головки. Оно рассчитано на автоматическое регулирование степени давления, что позволяет оптимизировать массажирующие и очищающие свойства. Хотя многие щетки не имеют такого соединения, что может быть чревато травмированием десен и их воспалением.

И еще следует обратить внимание на конструкцию щетки. Кроме обычных щеток, есть и такие, которые имеют резиновые панели, уменьшающие давление на десна, изгиб щетки (змейка, шарик), а также щетки с удлиненной рукояткой.

*Помните, что правильный выбор щетки продлит срок службы наших зубов. Поэтому давайте трижды подумаем перед покупкой щетки.*