

含有除垢剂、美白剂、研磨剂…… 功能牙膏不能乱用

：牙医害怕三种牙膏成分：

在选择牙膏时,你关注什么?防蛀、美白、止血、抑菌、抗敏感……哪一项是你最关注的?很多人买牙膏时都会关注包装上写的功能,却很少去看具体的成分。

近日,国际学术期刊《自然通讯》上发表了一项研究:有些牙膏中含有的一种抗菌剂——三氯生(TCS),可能会对人體肠道造成损害,进而诱发肠炎。

除此之外,据英国《每日邮报》报道,许多牙膏的成分对我们的健康有害,皇家外科学院牙科专家托比·塔尔伯特提醒要留心这3种成分:

除垢剂 易引起口腔溃疡 口腔黏膜是人体最娇嫩的组织之一,而十二烷基硫酸钠是作用强大的清洁剂,它可能导致过敏或破坏口腔黏膜,导致慢性口腔溃疡。

经常口腔溃疡的人及在溃疡发作期的人,最好不要使用含有十二烷基硫酸钠的牙膏。

美白剂 易伤牙龈 许多牙膏中会添加过氧化氢等漂白剂,从而起到美白牙齿的作用。然而,它会刺激软组织,损害口腔黏膜,伤害牙龈。

事实上,牙齿的洁白程度和牙釉

质、牙本质都有关系,通过牙膏很难改变。漂白剂虽然可以去除牙齿表面的部分色斑,但是对牙齿内源性的深层色斑基本没有效果。

研磨剂 易伤牙釉质 许多牙膏中会添加细小的颗粒物,以便去除牙齿表面的污渍。然而,有些药膏的研磨剂不够细,会磨损牙釉质,长此以往,牙齿会变得敏感。

建议选购含氢氧化铝或磷酸氢钙,且颗粒细小的牙膏,这类研磨剂相对较好,对牙齿表面的损伤比较小。



：功能牙膏不能乱用：

牙膏作为刷牙辅助剂,基本作用是清洁口腔,经过严格检测的一般市售牙膏就能满足,美白、防蛀、脱敏、止血等功效都是辅助性的,不足以直接影响口腔健康。

美白牙膏 主要是添加了一些特殊的摩擦颗粒,能磨掉牙齿表面沉积的烟渍、茶渍,但对四环素牙、氟斑牙等深层内源性色斑没有效果。

如果摩擦剂颗粒较大、较硬,长

期使用就可能導致牙齒磨損。一些呈現藍色的美白牙膏,只能通过蓝色泡沫达到虚假美白的视觉效果。

防酸类牙膏 原理是在牙体表面形成一层保护膜,从而增强牙周组织的防病能力,但在症状好转后应停止使用,否则会破坏口腔内的微生物生态平衡。

杀菌抑菌牙膏 有些药物牙膏有杀菌抑菌成分,短时间内可以帮助杀灭口腔中的一些细菌,但每天使用,

相当于长期少量服用抗生素,不利于口腔菌群微平衡,易产生耐药性。

抗敏感类牙膏 加入了氟化物、氯化锶等脱敏成分,只对轻度牙本质过敏有一定缓解作用,若使用一段时间后仍不见效,应当停止使用。

清新口气类牙膏 口气的清新来自认真刷牙后,清除了牙菌斑和一些有害菌,而不是牙膏本身的香味,因此牙膏的香味并没那么重要。

：选一支适合自己的牙膏：

使用牙膏应因人、因地区而异,不能盲目长期使用。

看摩擦剂的好坏 应选择摩擦剂颗粒小的,防止损伤牙体。含氢氧化铝和磷酸氢钙的较好,二氧化硅次之,碳酸钙的颗粒最大。

牙膏换着用 长时间用一种牙膏,口腔中的细菌就会产生耐药性,学会抵抗牙膏的清洁作用。

一人一支牙膏 与家人共用一支牙膏,容易导

致很多口腔疾病交叉传染。

如果家里有一人感冒,或者患有其他口腔疾病,在刷牙之后,部分病毒、细菌就可能残留在牙刷毛缝中。

当下一次刷牙时,牙膏与牙刷一接触,就可能将病毒转移到牙膏上,并通过牙膏传播给其他人。

按口腔情况选择 比如,小孩可以选择儿童牙膏;有龋齿的人可以用含氟牙膏;有牙周炎的人可

以选择中草药牙膏或者含消炎成分的牙膏。

有些地区不适用含氟牙膏 含氟牙膏能降低患龋齿的概率,防止牙齿表面被溶解,还能让已被溶解的牙齿变得坚固。但在山西、内蒙、河北等高氟区,饮用水中含氟,就不宜用含氟牙膏。

要注意,牙膏不能代替就医治疗。有口腔溃疡、牙齿发黑、牙痛、龋齿、口臭等情况时,应及时到医院就诊。

：哪种牙膏不能买：

含有三氯生的牙膏 三氯生具有一定的激素活性,因此备孕、怀孕期妇女挑选牙膏时要慎重,不要选含三氯生的牙膏。

含有染色剂成分的牙膏 染色剂会对人体健康不利。如果不小心吞下去,就容易刺激到呼吸道,因此牙膏最好买白色的。

含有阿斯巴甜成分的牙膏 牙膏难免会有微量进入消化道,而阿斯巴甜长期服用会有害处。靠天然木糖醇、甜叶菊来提味的牙膏是可

以选择的。

磨擦剂太粗的牙膏 含有粗颗粒的牙膏摩擦剂,能更高效地去除牙齿表面色素。虽然短时间内牙齿貌似白了,但是长时间使用可能损伤牙釉质。如果一定要美白牙齿,做超薄全瓷贴面就可以了。

含有酒精的牙膏 虽然酒精能消毒,并短暂掩盖口气,但长期使用会扰乱口腔微生态平衡,引发口腔疾病。

综合

颈椎病、腰椎增生、突出、滑脱、椎管狭窄、膝关节病、足跟痛等患者

颈肩腰腿疼就找马明仁

名医马明仁 国家级“非遗”项目六代传承 150年
马明仁肠胃贴已到货

特别提示

马明仁膏药铺只针对以下适应人群

1、腰椎间盘突出,膨出,腰椎增生,椎体滑脱,椎管狭窄以及腰椎疾病引起的下肢酸痛、麻木、胀痛等人群;2、膝关节增生,滑膜炎,半月板损伤,髌骨软化以及引起的积液,膝关节变形,上下楼困难、蹲下起不来等人群;3、颈椎增生,颈椎突出、脱出以及引起的颈肩手臂酸痛、脖子僵硬,肩周炎,活动受限,伴有头晕、恶心呕吐、卧床不起、眩晕等人群。

地址:天厨饭店向东三百米路北(乘坐16路御河新城东区站下车即到)中国银行对过 咨询电话:0317-8217088

沧州下县
诚招加盟商

皖械广审(视)第250513-00042号 皖械注准20202090320

失眠 易醒 再难入睡 来电申领

夜里不到8点,困得就睁不开眼,上床却翻来覆去睡不着,好不容易睡着了,满脑子的八卦之梦,即使这样也只能坚持两三个小时,睁开眼就再也无法入睡,瞪眼等天亮。白天迷迷糊糊、浑浑噩噩,整天丢东忘西……

俗话说:“不觅仙方觅睡方”。释放酸枣仁皂苷,缓解紧张的神经,焦躁的身心平和安静,大脑对睡眠信号传导正常,让睡不着、烦躁、多梦、易醒等不适减轻,使睡眠成为自然而然的状态,睡得安稳、踏实,醒后头脑清醒,浑身轻松有劲!

申领电话:

400-8166-236
15865287108

皖合械备20200298号 皖械广审(文)第22071900126号

润肠就选畅直安 来电申领

大便干燥堵塞肠道,体内垃圾排不出去威胁身体健康。肚子又胀又痛,使人心焦躁,痛苦难当!更可怕的是排便用力过猛还会导致意外!

宿便难排,千万不能一泻了之。一定要选择作用温和、滋润养护肠道的产品。通便产品【畅直安】,新品新方,内含山药蛹虫草,温养肠道,相当于在肠道中增加了滋润剂,减轻肠蠕动阻力的同时分解大便;使用以后您会发现,排便顺畅不费力,且有规律。肚子平了,口气清新了,连小肚臍也不见了!轻轻松松排宿便,不痛不泻!

来电申领电话:
400-880-7308

国药准字B20105234 陕食健广审(文)第220901-00091号