

خمیر دندان

نام سند	خمیر دندان
نگارش	اول
تاریخ صدور	۱۳۸۴
نام کامل فایل	خمیر دندان
شرح سند	خمیر دندان
نویسنده/مترجم	دفتر سلامت دهان و دندان

مقدمه :

برای رعایت بهداشت دهان و دندان یکی از اصول مهم و اساسی انتخاب مسواک ، خمیر دندان و نخ دندان است . چه بسا با انتخاب مسواک و خمیر دندان نامناسب باعث آسیب زدن به دندانها و لثه ها باشیم .

*** لذا در هنگام تهیه خمیر دندان موارد زیربایستی در نظر گرفته شود:**

شرط موثر بودن خمیر دندان در بهداشت دهان و دندان آن است که تماس نزدیکی با دندانها داشته باشد، لذا توصیه می شود:

- خمیر دندان را با فشار در بین موهای مسواک قرار دهید.
- خمیر دندان حاوی فلوراید باشد . خوشبو و خوش طعم باشد. مسواک زدن ترجیحاً با خمیر دندان باشد .
- اگر خمیر دندان در دسترس نباشد، می توان بدون خمیر دندان هم مسواک زد.
- مواد ساینده در خمیر دندان باعث برداشتن رسوبات ، رنگ چای ، قهوه و سیگار می گردد.
- مواد خوش طعم کننده درخمیر دندان مسواک زدن را دلپذیرتر کرده و سبب مطبوع شدن تنفس می شود.

ترکیبات درمانی خمیر دندان:

فلوراید ماده ای است معدنی که به طور طبیعی در آب آشامیدنی مناطق یافت می شود و باعث مقاومت مینای دندان در برابر پوسیدگی می گردد.

- استفاده از نمک خشک ، جوش شیرین یا سایر پودرها جهت مسواک زدن صحیح نمی باشد .

- از جمله خمیر دندانهای مناسب می توان به Fresh Gleem - Crest – Colgate- Agua و خمیر دندانهای ضد حساسیت به Sensodyne – protect – Denguel اشاره کرد.

منبع مورد استفاده در تدوین متون آموزشی				
نوع منبع	عنوان	مؤلف/تهیه کننده	تاریخ تهیه	محل انتشار
کتاب	سلامت دهان و دندان(مجموعه کتب آموزش بهورزی)	دفتر سلامت دهان و دندان	۱۳۸۴	وزارت بهداشت و درمان