

نوشابه های گازدار عامل پوسیدگی دندان



دبیر علمی کنگره دندانپزشکی ترمیمی هشدار داد: استفاده از نوشابه‌های گازدار و تنقلات حاوی مواد قندی و کربوهیدرات باعث پوسیدگی دندان ها می‌شوند.

دبیر علمی کنگره دندانپزشکی ترمیمی هشدار داد: استفاده از نوشابه‌های گازدار و تنقلات حاوی مواد قندی و کربوهیدرات باعث پوسیدگی دندان ها می‌شوند.

به گزارش جام جم آنلاین به نقل از انجمن متخصصین دندانپزشکی ترمیمی ایران ، دکتر سعید نعمتی عضو هیات علمی دانشگاه آزاد با بیان این مطلب اظهار داشت: یکی از مهمترین مسائلی که امروزه با آن مواجه هستیم، استفاده بی‌رویه نوجوانان و جوانان از نوشابه‌های گازدار و تنقلات حاوی مواد قندی است که در این سنین با توجه به افزایش فعالیت های بدنی تمایل به مصرف این مواد نیز افزایش یافته و باعث ایجاد صدمات جبران ناپذیری بر بدن و دندان ها می‌شود.

وی گفت: نوشابه‌های گازدار به دلیل وجود ترکیبات CO2 و تبدیل آن به اسید کربنیک باعث عدم جذب کلسیم مواد غذایی و در نتیجه ایجاد مشکلات اسکلتی و پوکی استخوان می‌شود و از طرفی حل شدن تدریجی مینای دندان و در نتیجه رنگ گرفتگی سطحی، ایجاد حساسیت، پوسیدگی‌های ریز روی مینای دندان را به دنبال دارد.

نعمتی وجود مواد قندی و کربوهیدرات ها در انواع بیسکویت‌ها، شکلات‌ها و سایر تنقلات که به صورت مکرر و به دفعات در طول روز مصرف می‌شوند را به عنوان عوامل مخرب دندان ها برشمرد و افزود: ریزه‌خواری نادرست و استفاده بیش از حد از تنقلات قندی باعث ایجاد اسید و حل شدن مینای دندان ها و شروع پوسیدگی به خصوص در نواحی بین دندانها می‌شود.

عضو هیات علمی دانشگاه آزاد تاکید کرد: بهترین جایگزینی برای تنقلات و نوشابه‌های گازدار، انواع مغزها و انواع دوغ می‌باشد که در گذشته جایگاه خوبی در سبد غذایی ما ایرانیان داشته است و نه تنها فاقد اثرات پوسیدگی دندانهاست بلکه باعث تامین کلسیم مورد نیاز بدن نیز می‌شود.

دکتر نعمتی در خاتمه یادآور شد: در دهمین کنگره دندانپزشکی متخصصین ترمیمی ایران که از 12 تا 14 آبان ماه در هتل المپیک تهران برگزار می‌شود نتایج جدیدترین تحقیقات در زمینه پیشگیری و درمان بیماریهای دندان در قالب پنل‌های تخصصی با همکاری اساتید داخلی و خارجی مورد بحث و تبادل نظر قرار خواهد گرفت.