

## چه مسواکی مناسب است؟



از زمان ابداع مسواک‌های مدرن در 80 سال پیش تاکنون طراحی مسواک رشد چشمگیری داشته است کافی است به سوپرمارکت محلتان مراجعه‌ای داشته باشید به طوری که از تنوع موجود در شکل، اندازه، نوع، قیمت و سایر خصوصیات مسواک‌ها گیج می‌شوید.

جام جم آنلاین: از زمان ابداع مسواک‌های مدرن در 80 سال پیش تاکنون طراحی مسواک رشد چشمگیری داشته است کافی است به سوپرمارکت محلتان مراجعه‌ای داشته باشید به طوری که از تنوع موجود در شکل، اندازه، نوع، قیمت و سایر خصوصیات مسواک‌ها گیج می‌شوید.

هرکدام از این طرح‌ها ممکن است برای افراد خاصی بهتر باشد. نکته مهم آن است که این طرح‌ها فقط در مسواک زدن کمک می‌کنند و نمی‌توانند جایگزین دقت شما در مسواک زدن با روش صحیح شوند. در اینجا به برخی از خصوصیات مسواک‌ها و دلایل طراحی آنها اشاره‌ای می‌کنیم.

### انواع مسواک:

– مسواک‌هایی با الیاف زیگزاگ برای تمیز کردن بهتر بین دندان‌ها طراحی شده‌اند. معمولاً دسته این مسواک‌ها به شکلی طراحی شده‌اند تا در هنگام مسواک‌زدن فشاری که به مسواک وارد می‌شود را متعادل کنند تا از صدمه دیدن بافت‌های دندانی جلوگیری شود.

– مسواک‌هایی با گردن قابل انعطاف می‌توانند همانند یک وسیله جذب شوک عمل کنند تا از فشار زیاده از حد به بافت‌های لثه و دندان پیشگیری کنند. برخی افراد تمایل دارند در هنگام مسواک‌زدن به صورت آگاهانه یا ناآگاهانه فشار زیادی به مسواک وارد کنند. این مساله منجر به ساییده شدن دندان‌ها در حاشیه لثه و عریان شدن لثه در این ناحیه می‌شود. این افراد می‌توانند از خصوصیت طراحی شده در این مسواک‌ها بهره‌مند شوند.

– برخی از مسواک‌ها دارای سر زاویه‌دار هستند. دسترسی به برخی از نواحی دندان در برخی افراد سخت و حتی غیرممکن است. این نواحی بخصوص در نواحی عقب‌تر دهان و در پشت دندان‌هاست. زاویه‌دار شدن سر مسواک همانند وسایلی که توسط دندانپزشک استفاده می‌شوند می‌توانند باعث دسترسی بهتر به این نواحی شود.

– برخی از مسواک‌ها دارای سر گرد یا بیضی شکل هستند. این مسواک‌ها هم قدرت دسترسی بیشتری برای فرد فراهم می‌کنند. افرادی که برای تمیز کردن دندان‌ها دسترسی مناسبی به بعضی سطوح دندانی ندارند، می‌توانند این مسواک‌ها را امتحان کنند.

– مسواک‌هایی که دارای الیاف مورب هستند برای تمیز شدن چندگانه طراحی شده‌اند. این مسواک‌ها این طور تبلیغ می‌شوند که اگر روش مسواک‌زدن خیلی خوبی نداشته باشید این مسواک‌ها به شما کمک می‌کند. این مسواک‌ها دارای 3 گروه الیاف جداگانه هستند: الیاف زاویه‌دار خارجی برای تمیز کردن حاشیه لثه، الیاف بلندتر برای تمیز شدن بین دندان‌ها و الیاف کوتاه‌تر برای تمیز کردن سطوح دندان‌ها اما باید گفت دقت در نحوه مسواک‌زدن بسیار مهم‌تر از استفاده از انواع مسواک‌هاست.

دکتر محمدمین نریمانی  
متخصص ارتودنسی