

آدامس‌های بدون قند بجوید

به گفته متخصصان انجمن دندانپزشکان آمریکا جویدن آدامس‌های بدون قند می‌تواند به سلامت دهان کمک کند.



سلامت نیوز: به گفته متخصصان انجمن دندانپزشکان آمریکا جویدن آدامس‌های بدون قند می‌تواند به سلامت دهان کمک کند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، متخصصان انجمن دندانپزشکان آمریکا مزایای زیر را در خصوص جویدن آدامس‌های بدون قند مطرح می‌کنند:

- جویدن آدامس باعث می‌شود میزان تولید بزاق دهان افزایش یابد که همین امر می‌تواند به از بین بردن اسیدهایی که به دندان‌ها آسیب می‌رساند، کمک کند.

- افزایش بزاق باعث افزایش کلسیم و فسفات در دهان می‌شود و از این طریق مینای دندان تقویت خواهد شد.

- آدامس‌های بدون قند حاوی شیرین‌کننده‌هایی از قبیل آسپارتام، سوربیتول یا مانیتول است که باعث کرم خوردگی دندان نمی‌شود.