

# Abedulce®

## Берёзовый сахар



### Подщелачивающая карамель

#### Прощайтесь с кариесом

Кариес зубов, безусловно, является наиболее распространенным инфекционным заболеванием, которое приводит к их разрушению.

Бактерии, вызывающие кариес, живут и питаются в кислой среде. К продуктам, образующим в полости рта кислую среду, главным образом, относятся: сахар, белая мука, молоко, яйца, мясо и многое другое из нашего ежедневного рациона питания. Эти продукты приводят к росту бактерий, вызывающих кариес.

В настоящее время человек ежедневно стал потреблять все больше полуфабрикатов и рафинированных продуктов, и как следствие, организм не получает достаточное количество минералов для нейтрализации излишней кислотности. Именно поэтому необходимо принимать меры для борьбы с факторами, способствующими развитию кариеса. Чрезвычайно важно правильно ухаживать за зубами и сохранить их здоровыми как можно дольше, предотвратив возникновение заболевания полости рта.

#### Правильный уход за зубами

Для тщательного удаления остатков пищи из межзубного пространства следует не только чистить зубы не менее двух раз в день, но и пользоваться зубной нитью.

Необходимо также соблюдать осторожность при применении зубной щетки, чтобы не давить с силой на десны и не травмировать их. Подобное часто происходит со взрослыми и пожилыми людьми, страдающими воспалением и инфекционными заболеваниями десен. Из-за неправильного ухода может возникнуть серьезное воспаление десны и, как результат, выпадение зубов. Чтобы избежать таких последствий, необходимо пользоваться зубными щетками с мягкой щетиной, аккуратно чистить зубы и хорошо полоскать рот.

Пока в ротовой полости сохраняется кислотная среда и находятся бактерии, вызывающие кариес, зубы и десны не насыщаются минеральными веществами, поскольку организм должен получать минеральные вещества из потребляемой пищи для нейтрализации кислот. Вот почему в дополнение к регулярной чистке очень важно следить за питанием.

