

أربع وصفات منزلية مضرة وخادعة لتبييض الأسنان

الأربعاء 9 مارس 2016 10:03 م

حذرت دراسة ألمانية حديثة من الوصفات المنزلية لتبييض الأسنان المنتشرة على مواقع التواصل الاجتماعي، وقالت إنها ضارة بسبب المواد الحمضية التي تفرك بها الأسنان.

وانتشرت على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي العديد من الخلطات المنزلية بزعم أنها تعطي مستعملها أسنانا ناصعة البياض كاللؤلؤ، ولكن المعطيات العلمية تقول إنها مضرة بالأسنان، وهي تمثل خدعة ضارة لمستعمليها.

وحذرت الدراسة -التي أجرتها جامعة بينا في ألمانيا ونشرتها مجلة فوكوس الألمانية- من هذه الخلطات، وقالت إنها -خلافًا لما يروج لها- تضر بطبقة المينا في السن، كما أنها لا تجعل الأسنان بيضاء.

وفيما يلي أبرز الوصفات المنزلية المنتشرة لتبييض الأسنان، ومضارها على السن:

وصفة عصير الليمون:

ويتم تحضيرها بخلط ملعقة كبيرة من عصير الليمون مع القليل من صودا الخبز (بيكربونات الصوديوم)، ثم تفرك بها الأسنان. وقالت الدراسة التي أجرتها جامعة بينا إن المواد الحمضية تضر بطبقة المينا، وتجعل الأسنان أكثر عرضة للتسوس، كما أن فرك الأسنان بالمواد الحمضية يجعلها أكثر قتامة على المدى الطويل.

وصفة الفراولة:

ويتم تحضيرها بهرس حبة فراولة جيداً، ثم تخلط مع نصف ملعقة من صودا الخبز حتى يتحول الخليط إلى معجون، ويتم فرك الأسنان به. وتحذر الدراسة الألمانية من هذه الخلطة، وتقول إنه بالتجربة العلمية لهذه الخلطة المتداولة بشكل واسع على شبكات التواصل الاجتماعي، لم يثبت أن لها أي تأثير يذكر.

وصفة الكركم:

ويتم تحضيرها بخلط مسحوق الكركم بالماء، ثم تفرك الأسنان بالخليط. وقالت الدراسة إنه لم يثبت علمياً أي علاقة بين الكركم وتبييض الأسنان.

وصفة خل التفاح:

بمزج القليل من خل التفاح مع القليل من صودا الخبز يتكون لديك معجون يمكنك فرك أسنانك به لتبييضها والتخلص من الجير، غير أن الدراسة الألمانية قالت إنه كلام غير علمي، وإن خل التفاح لا يبيض الأسنان.

تعريض الأسنان للمواد الحمضية ثم فركها مباشرة يخرب طبقة المينا في السن (دويتشه فيله)

من جهته حذر البروفيسور كلاوس ياندت من تعريض الأسنان للمواد الحمضية ثم فركها مباشرة، لأن ذلك يضر بطبقة المينا.

وقال ياندت في حوار مع مجلة فوكوس إن "كثيرين يشربون العصير الذي يحتوي على مواد حمضية ثم ينظفون أسنانهم بالفرشاة مباشرة، ظناً منهم بأنهم يفعلون خيراً بأسنانهم، إلا أنهم يجعلون الأمور أسوأ، ويعرضون أسنانهم لأن تصبح هشة".

أما الطريقة الصحيحة لتبييض الأسنان فتكون عبر تقليل الأغذية والمشروبات التي فيها أصباغ مثل الشاي والقهوة، والإقلاع عن التدخين، واستشارة طبيب الأسنان الذي يستطيع إجراء تبييض للأسنان بتقنيات تحافظ على سلامة السن وصحته.