

جوش شیرین برای دندان؛ معجزه یا فاجعه؟!

جوش شیرین یا بی کربنات سدیم کاربردهای خانگی بی شماری داشته که یکی از محبوب ترین آن ها خاصیت سفیدکنندگی دندان ها است؛ اما آیا مصرف آن ایمن است؟ آیا استفاده از آن در بلند مدت به دندان آسیب نمی زند؟ در این مقاله کاربردها، معایب و عوارض استفاده از جوش شیرین برای دندان را بررسی خواهیم کرد.



ما برای شما سلامتی و لبخند را به ارمغان می آوریم

تلفن تماس: ۰۹۱۵۷۶۰۹۰۰۹ - ۰۵۱۳۷۶۰۹۰۰۹



Barman Dental Clinic
کلینیک دندان پزشکی بارمان

ما برای شما سلامتی و لبخند را به ارمغان می آوریم.

کاربردهای جوش شیرین برای دندان

جوش شیرین ماده ای ارزان و در دسترس است که کاربردهای فراوانی دارد. پرتعدادترین کاربردهای جوش شیرین برای دندان عبارتند از:

۱. جوش شیرین به عنوان خمیر دندان

خمیردندان ها برای پاک کردن و تقویت مینای دندان، رفع بوی بد، سفید کردن و محافظت از دندان در برابر پوسیدگی استفاده می شوند. جوش شیرین با اینکه نمی تواند از پس همه وظایف خمیردندان برآید، اما باعث تمیز شدن، رفع بوی بد، سفید شدن و تنظیم pH دهان خواهد شد.

۲. جوش شیرین برای دندان درد

یکی از مواردی که می تواند خیلی سریع دندان درد را تسکین دهد، جوش شیرین است. طرز استفاده جوش شیرین برای دندان درد: مقداری پنبه مرطوب را به جوش شیرین آغشته کرده و چند دقیقه روی دندان قرار دهید؛ یا محلولی از مخلوط جوش شیرین و آب گرم برای شستشوی دهان درست کنید. کمی بعد دندان درد تسکین خواهد یافت.



محلول جوش شیرین و آب گرم خیلی زود دندان درد را تسکین می دهد.

۳. استفاده از جوش شیرین برای جرم گیری دندان

تجمع جرم به دندان و لثه آسیب می زند؛ به همین دلیل [جرم گیری دندان مشهد](#) باید به صورت منظم انجام شود. یکی از راه های جرم گیری خانگی دندان استفاده از جوش شیرین است. برای این روش خمیری سفت از مخلوط ۱ قاشق چای خوری جوش شیرین و کمی آب درست کنید. با این مخلوط تا ۲ دقیقه به صورت دورانی مسواک بزنید. دقت داشته باشید که نباید بیش از یک بار در هفته از این روش استفاده کنید.

۴. کاهش باکتری های دهانی با جوش شیرین

رشد برخی از باکتری های مضر در دهان نیاز به شرایط اسیدی بیشتری دارد. وقتی دهان با محلول جوش شیرین و آب شستشو داده شود، PH دهان افزایش یافته و میزان اسیدی بودن آن کاهش می یابد.



مصرف جوش شیرین برای دندان موجب افزایش PH دهان و کاهش باکتری ها می شود.

۵. سفید کردن دندان با جوش شیرین

خاصیت سایندگی جوش شیرین می تواند به پاک کردن لکه های سطحی از روی دندان کمک کند؛ اما تأثیر آن را با گذر زمان متوجه خواهید شد. **رایج ترین کاربرد جوش شیرین برای دندان** استفاده از آن به عنوان سفیدکننده است. برای این روش، ۱ قاشق چای خوری جوش شیرین را با ۲ قاشق چای خوری آب مخلوط کرده و خمیر را با انگشت روی دندان های خود بمالید. سپس به مدت دو دقیقه روی دندان ها ماساژ داده و بعد آن را بشویید.

۶. درمان آفت با جوش شیرین

۱ قاشق چای خوری جوش شیرین را در نصف فنجان آب حل کرده و به مدت ۱۵ ثانیه در دهان بچرخانید. در صورت نیاز هر چند ساعت تکرار کنید. علاوه بر این می توانید کمی جوش شیرین و آب را با هم مخلوط کرده و یک لایه نازک از آن را روی آفت بزنید.



چرخاندن محلول جوش شیرین و آب در دهان موجب درمان آفت خواهد شد.

۷. جوش شیرین؛ دهانشویه‌ای ارزان

استفاده از دهانشویه، برای مبارزه با بوی ناخوشایند دهان، از بین بردن باکتری‌ها، جرم دندان و جلوگیری از پوسیدگی دندان توصیه می‌شود. جوش شیرین نیز برای رفع بوی بد دهان و از بین بردن باکتری‌های موجود در آن کمک می‌کند. برای استفاده از این روش نصف قاشق چای‌خوری نمک و جوش شیرین را به نصف لیوان آب گرم اضافه کرده و بعد از مسواک زدن، غرغره کنید.

معایب استفاده از جوش شیرین برای دندان

جوش شیرین یک پاک‌کننده دندان است که به راحتی در دسترس قرار دارد. این ماده می‌تواند برخی از لکه‌های دندان را رفع کند اما معایبی هم دارد که عبارت است از:

۱. طعم و بافت غیرجذاب

بافت جوش شیرین طوری است که احساس می‌کنید ماسه خوردید. برای رفع این مشکل، می‌توانید از یک خمیردندان که جوش شیرین جزو مواد تشکیل‌دهنده آن است، استفاده کنید. علاوه بر بافت، طعم شور آن نیز می‌تواند آزاردهنده باشد. برای بهبود این موضوع ۱ قطره روغن نعناع به آن بیفزایید.



افزودن روغن نعنا به جوش شیرین موجب بهبودی طعم ناخوشایند آن خواهد شد.

۲. فاقد فلوراید

اگرچه فلوراید به وفور در آب و هوا، استخوان‌ها و دندان‌های ما وجود دارد؛ اما فلوراید اضافی در خمیردندان سپری در برابر پوسیدگی دندان ایجاد می‌کند. یکی دیگر از **مضرات جوش شیرین برای دندان** این است که فلوراید نداشته و از پوسیدگی دندان پیشگیری نخواهد کرد.

۳. سفیدکنندگی کمتر نسبت به خمیردندان سفیدکننده

برخی از محققان برای تاثیر جوش شیرین روی سفید کردن دندان‌ها رتبه پایینی در نظر گرفته‌اند؛ بنابراین بهتر است محصولات حاوی پراکسید هیدروژن یا ساینده‌های میکروبیید را جایگزین آن کرد.



خمیردندان‌های سفیدکننده موفق‌تر از جوش شیرین عمل خواهند کرد.

عوارض جوش شیرین برای دندان

افرادی که شما را به استفاده از جوش شیرین برای سفید کردن دندان دعوت می‌کنند، هرگز از عوارض آن چیزی نمی‌گویند. مهم‌ترین عوارض جوش شیرین برای دندان عبارت است از:

۱. بروز علائم آلرژی

برخی افراد به جوش شیرین حساسیت دارند؛ به طوری که حتی با یک بار استفاده از آن علائم آلرژی را داخل دهان، لثه یا کام خواهند داشت. این آلرژی با شدت‌های متفاوت بروز کرده و میان بانوان رایج‌تر است.

۲. آسیب به مینای دندان

قابلیت ساینده‌ی جوش شیرین مینای دندان را تضعیف کرده و باعث حساسیت دندان‌ها نسبت به گرما یا سرما می‌شود. در نظر داشته باشید که این آسیب قابل ترمیم نیست.



baranadental.com



09157609009

آسیب به مینای دندان با مصرف جوش شیرین قابل ترمیم نیست.

۳. کنده شدن براکت‌های ارتودنسی

افرادی که تحت درمان ارتودنسی هستند ممکن است با استفاده نادرست از جوش شیرین، ضعیف شدن اجزا و اتصالات ارتودنسی و اختلال در روند درمان را تجربه کنند.

۴. اثر کوتاه مدت جوش شیرین بر سفیدی دندان

اگر یک بار از جوش شیرین برای سفیدی دندان استفاده کردید؛ تصور نکنید که تاثیری طولانی مدت را به همراه دارد. مجبورید برای حفظ سفیدی حاصل از مصرف جوش شیرین، هفته‌ای دو بار از آن استفاده کنید. برای سفیدی ماندگار دندان‌ها باید به دندانپزشک مراجعه کرده و از روش‌هایی مانند بلیچینگ و جرم‌گیری دندان استفاده کنید.

کلینیک بارانا؛ ارائه دهنده خدمات برتر دندانپزشکی

استفاده از راه‌های خانگی برای رسیدگی به دندان‌ها یا سفید کردن آن‌ها، انتخاب مناسبی است؛ اما به شرط اینکه باعث آسیب به دهان و دندان نشود. استفاده از جوش شیرین برای دندان در کنار خاصیت سفیدکنندگی مضراتی هم دارد و استفاده بی‌رویه از آن به مینای دندان آسیب می‌رساند. علاوه بر این، زمانی که ضخامت جرم و پلاک روی دندان بیشتر از ۳ میلی‌متر می‌شود؛ دیگر روش‌های خانگی تاثیرگذار نخواهند بود.

پیشنهاد ما به شما برای جرم‌گیری دندان، کلینیک بارانا است. برای مشاوره و معاینه رایگان دندانپزشکان [کلینیک](#)

[دندانپزشکی بارانا](#) با شماره‌های زیر تماس بگیرید: [۰۹۱۵۷۶۰۹۰۰۹](#) یا [۰۵۱۳۷۶۰۹۰۰۹](#)