چه خمیر دندانی خوب است ؟ + معرفی بهترین خمیر دندان سفید کننده

آنچه در این مقاله می‌خوانید:

خمیردندان نامناسب، نه تنها تأثیری در حفظ سلامت و زیبایی دهان و دندان ندارد، بلکه ممکن است آسیب‌هایی نیز به‌دنبال داشته‌باشد. برای انتخاب بهترین خمیر دندان و آشنایی با برترین برندهای ایرانی و خارجی در ادامه مقاله با ما همراه باشید.



چه خمیر دندانی خوب است ؟

- از مینای دندان محافظت کند.
- از تشکیل جرم و پلاک روی دندان جلوگیری کند.
- حتما مجوز وزارت بهداشت داشته باشد.
- حاوی فلوراید باشد؛ البته به استثنای خمیر دندان کودک.

اما آیا خمیر دندان بدون فلوراید خوب است؟ برای انتخاب صحیح، مقاله بهترین خمیر دندان کودک را مطالعه کنید.



ویژگی‌های بهترین خمیر دندان

خمیر دندان مریدنت بهتر است یا سیگنال ؟ (بهترین مارک خمیر دندان)

مریدنت یک برند ایرانی و سیگنال، غیرایرانی است. هر دو حاوی فلوراید، محافظ لثه و دارای قدرت سفیدکنندگی هستند. اگر به دنبال گزینه‌ای با قیمت مناسب هستید، مریدنت گزینه قدرتمندی بوده و محافظت ۱۲ ساعته ارائه می‌دهد. اما اگر به برندهای معتبر بین‌المللی علاقه‌مندید، سیگنال گزینه مناسبی بوده و عملکرد موثری در بهداشت روزانه ارائه خواهدداد.



انتخاب بهترین خمیر دندان

بهترین خمیر دندان ایرانی (معرفی ۴ مورد)

در حال حاضر خمیر دندان‌های باکیفیتی در کشورمان تولید می‌شوند که تأثیر خوبی بر سلامت دهان و دندان دارند. در ادامه به معرفی ۵ مورد از بهترین خمیر دندانهای ایرانی می‌پردازیم:

۱. بس؛ بهترین خمیر دندان حاوی فلوراید

از دیگر برندهای داخلی در زمینه تولید بهترین خمیر دندان ایرانی ، «بَس» بوده که از سال ۱۳۷۱ فعالیت خود را آغاز کرده است. اگر به دنبال بهترین خمیر دندان حاوی فلوراید ، بهترین خمیر دندان ضد حساسیت و بهترین خمیر دندان برای دندان های حساس هستید، از تنوع بالای محصولات برند بس استفاده کرده و خمیر دندان موردنظرتان را به‌راحتی انتخاب کنید.



بس از بهترین برندهای داخلی خمیر دندان است.

۲. بهترین خمیر دندان های مریدنت

خیلی از افراد تصور می کنند «مریدنت» یک برند غیر ایرانی است؛ اما باید بدانید یکی از برترین برندهای ایرانی در زمینه تولید انواع محصولات بهداشتی مرتبط با دهان و دندان است. مریدنت از سال ۱۳۸۵ فعالیت خود را با نام تجاری «مریت» شروع کرد و در سال ۱۳۹۰، نام برند خود را به مریدنت تغییر داد و اکنون نیز در زمینه تولید انواع خمیر دندان، نخ دندان و دهانشویه فعالیت می کند.

۳. برند پونه، تولیدکننده بهترین خمیر دندان های ایران

چنانچه می‌خواهید بدانید بهترین خمیر دندان چه مارکی است؟ بدون شک «پونه» یکی از بهترین و قدیمی‌ترین برندهای ایرانی است. این برند در زمینه تولید انواع مختلف خمیر دندان از جمله خمیر دندان سه رنگ، خمیر دندان کودک، خمیر دندان سفیدکننده، خمیر دندان مناسب دندان‌های حساس و غیره خوش درخشیده است.

۴. نسیم، از بهترین خمیر دندان های ایرانی

نسیم، یکی از بهترین برندهای داخلی در زمینه تولید خمیر دندان است. اگرچه کیفیت آن با برندهای غیر ایرانی قابل قیاس نیست اما در مقایسه با نمونه‌های داخلی، یکی از بهترین‌ها محسوب می‌شود.

این ویژگی‌ها باعث قرار گرفتن اسم نسیم در دسته بهترین خمیر دندان های ایرانی می‌شود: داشتن ترکیبات گیاهی قوی، قیمت مناسب و حجم بالا.



خمیر دندان نسیم، با قیمت مناسب و حجم بالا

بهترین خمیر دندان دنیا

بعضی افراد به هر دلیلی از مصرف خمیر دندان ایرانی اجتناب کرده و به دنبال بهترین مارک خمیر دندان خارجی هستند. به همین جهت، در ادامه بهترین خمیردندان های خارجی را معرفی خواهیم‌کرد:

۱. خمیر دندان اورال بی؛ بهترین خمیر دندان ضد پوسیدگی

»اورال بی» یکی از بهترین خمیر دندان ها برای ترمیم بافت از دست رفته مینای دندان است. تأثیر مستقیم این خمیر دندان، جلوگیری از قرمز شدن و التهاب لثه است. «اورال بی» با استفاده از «فلوئید قلع پایدار» در ترکیبات خمیر دندان‌های خود، از پوسیدگی، تشکیل جرم و پلاک دندان و بوی بد دهان جلوگیری می‌کند. فرمولاسیون این محصول دارای نیترات پتاسیم جهت کنترل حساسیت دندان و از بین بردن باکتری‌های ایجاد شده روی دندان، طی فرآیند پوسیدگی است. اورال بی، به عنوان **بهترین خمیر دندان ضد پوسیدگی** ، توان محافظت ۲۴ ساعته از مینای دندان را دارد. این خمیر دندان مناسب افراد بالای ۱۲ سال بوده و با خرید آن می‌توانید به صورت همزمان از چند مزیّت بهره‌مند شوید.



خمیردندان مناسب افراد بالای ۱۲ سال

۲. خمیر دندان سیگنال(Signal)

دومین برندی که در لیست بهترین خمیر دندان های خارجی به شما معرفی می‌کنیم، «سیگنال» است که به‌دلیل قیمت‌گذاری مناسب‌تر نسبت به «سنسوداین»، محبوبیت زیادی دارد. این برند مورد تأیید سازمان غذا و دارو آمریکا (FDI) بوده و از دهه گذشته تاکنون، در لیست ۱۰ برند برتر تولید خمیر دندان جای دارد .**خمیر دندان بدون فلوراید سیگنال** نیز مخصوص بچه‌ها تولید شده و در بازار موجود است.

۳. خمیر دندان سنسوداین(Sensodyne)

به جرأت می‌توان گفت »**سنسوداین** «یکی از بهترین برندهای فعال در زمینه تولید محصولات مراقبت از بهداشت دهان و دندان است. طبق تحقیقات، این برند انگلیسی تا به امروز **بهترین خمیر دندان دنیا** معرفی شده توسط دندانپزشکان و پرفروش‌ترین محصول شستشوی دهان شناخته شده است. سنسوداین به‌صورت تخصصی در این زمینه فعالیت می‌کند و برای تمامی مشکلات مرتبط با دهان و دندان، محصولی برای ارائه دارد.



سنسوداین، پرفروش‌ترین خمیر دندان

۴. خمیر دندان کُلگِیت(Colgate)

برند **»کلگیت «**از بهترین خمیر دندان های خارجی محسوب می‌شود؛ چراکه در مقایسه با سایر رقبای خود، دارای **بیشترین آمار رضایت از مصرف کنندگان** است. خمیر دندان های این برند، توانایی بالایی در از بین بردن زردی دندان‌ها داشته و هیچ لکه‌ای روی آن‌ها باقی نمی‌گذارند.

اگر دندان‌های حساسی دارید، بهتر است از نمونه‌های ضد حساسیت برند کلگیت استفاده کنید. وجود موادی از جمله نیترات پتاسیم درون این خمیر دندان‌ها، توانایی اعصاب دندان را برای انتقال درد کاهش می‌دهد. خیالتان از بابت هزینه‌ای که صرف خرید خمیر دندان‌های کلگیت می‌کنید راحت باشد؛ چراکه کیفیت آن‌ها تضمین شده است.

۵. خمیر دندان کرست(Crest)

اگر به دنبال محصولی باکیفیت و مطمئن برای استفاده روزانه هستید، «کرست» **بهترین خمیر دندان** بوده که تنوع بسیار بالایی دارد. از بین محصولات متنوع این برند، به‌راحتی می‌توانید خمیردندان مناسب نیاز خود را انتخاب کنید.

انواع خمیر دندان

در ادامه با انواع محصولات و کاربرد هر یک آشنا خواهیم شد؛ تا بتوانید بهترین خمیردندان را با توجه به نیاز و سلیقه خود انتخاب کنید.

۱ -خمیر دندان ضد پوسیدگی

اگر به دنبال راهی برای تقویت مینای دندان‌های خود هستید، بهترین خمیر دندان برای شما، خمیر دندان‌های ضد پوسیدگی یا تقویت کننده مینا هستند. فلوراید موجود در این نوع خمیر دندان‌ها، رشد باکتری‌های عامل پوسیدگی را متوقف کرده و آن‌ها را از بین می‌برد. در نتیجه، تولید اسید در داخل دهان و احتمال پوسیدگی دندان‌ها کاهش پیدا می‌کند.

علاوه بر این، فلوراید با چسبیدن به سطح دندان و سخت‌تر کردن مینا، مانع از پوسیدگی دندان‌ها می‌شود. این خمیر دندان‌ها شباهت زیادی به خمیر دندان های ضد حساسیت داشته و تورم و قرمزی لثه‌ها را کاهش می‌دهند.



خمیر دندان ضد پوسیدگی

با این حال اگر دچار پوسیدگی دندان شدید، می توانید جهت دریافت نوبت معاینه رایگان به کلینیک بارانا که از بهترین و معتبرترین مراکز دندانپزشکی مشهد **است، مراجعه کنید.**

۲ -خمیر سفید کننده دندان

بر خلاف تصور عموم، خمیر دندان‌های سفید کننده تغییری در رنگ دندان‌ها به وجود نمی‌آورند؛ بلکه باعث از بین رفتن لکه و زردی دندان ها می‌شوند. اگر به‌طور مرتب از مسواک استفاده نمی کنید و یا دائماً در حال مصرف سیگار و قلیان هستید، یکی از بهترین خمیر دندان ها برای شما، خمیر دندان سفید کننده است.

در صورتی که دندان‌های شما به‌صورت ژنتیکی زرد رنگ باشد، می‌توانید برای انجام بلیچینگ دندان مشهد به **مرکز تخصصی دندانپزشکی بارانا** مراجعه کرده و رنگ طبیعی دندان‌هایتان را چندین درجه روشن‌تر کنید.

۳ -بهترین خمیر دندان ضد جرم و پلاک

به خرده‌های باقی‌مانده از مواد غذایی و باکتری‌هایی که روی دندان‌ها باقی مانده، جرم گفته می‌شود. باقی ماندن طولانی‌مدت جرم باعث تشکیل پلاک و آسیب و پوسیدگی مینای دندان می‌شود. به‌طورکلی، وجود جرم و پلاک روی دندان، منجر به انواع بیماری‌های لثه نیز خواهد شد.

برای جرم گیری دندان مشهد می‌توانید همه روزه از ساعت ۹ الی ۱۳ و ۱۶ الی ۲۰ به **کلینیک دندانپزشکی بارانا** مراجعه کنید.



برای از بین بردن جرم و پلاک از خمیر دندان مخصوص این کار استفاده کنید.

خمیر دندان های ضد جرم به دلیل وجود آنتی بیوتیک جهت از بین بردن باکتری های دهانی روی سطح مینای دندان، بهترین خمیر دندان برای از بین بردن جرم دندان هستند. همچنین خمیر دندان های ضد جرم، حاوی فلوراید بوده که مینای دندان را تقویت می‌کند.

۴ -خمیر دندان ضد حساسیت

افرادی که دندان‌های حساسی دارند، هنگام مصرف موادغذایی سرد و گرم یا استفاده از برخی خمیر دندان‌ها، درد شدیدی در دندان‌هایشان احساس می‌کنند. این افراد باید از خمیر دندان ضد حساسیت استفاده کنند. «نیترات پتاسیم» در خمیر دندان های ضد حساسیت ، میزان آزردگی لثه و دندان را به‌ویژه حین مسواک زدن کاهش می‌دهد.

دقت داشته‌باشید که نباید به صورت دائمی از این خمیردندان‌ها استفاده کنید. هر دو ماه به مدت یک هفته از خمیر دندان ضد حساسیت استفاده کرده و سپس محصولات ساده را جایگزین آن کنید.

مقدار صحیح استفاده از خمیر دندان

چنانچه فکر می‌کنید هرچه خمیر دندان بیشتری هنگام مسواک زدن استفاده کنید، دندان‌های سفیدتر و سالم‌تری دارید، سخت در اشتباه هستید. آیا تا به حال به این سوال فکر کرده‌اید که **فلوراید خوبه یا بد** ؟ ورود حجم زیاد فلوراید به دهان، نه‌تنها کمکی به تمیز شدن بهتر دندان‌ها نمی‌کند، بلکه می‌تواند نتیجه معکوس به‌دنبال داشته باشد. مقدار مناسب خمیر دندان به‌ازای هر بار استفاده، اندازه یک نخود است که عرض خمیر دندان را پوشش دهد.



به اندازه عرض مسواک خمیر دندان را روی آن قرار دهید.

نکات مهم هنگام خرید خمیر دندان

در انتخاب بهترین خمیر دندان هنگام خرید آن، توجه به چند نکته دیگر نیز حائز اهمیت است. از جمله:

- **مواد تشکیل‌دهنده :**اگر به مواد خاصی حساسیت دارید، حتماً برچسب محصولات را بررسی کنید تا از وجود مواد حساسیت‌زا مانند برخی نگهدارنده‌ها یا طعم‌دهنده‌ها مطلع شوید.
- **تأییدیه‌های بهداشتی :**خمیر دندانی را انتخاب کنید که نشان استاندارد و تأییدیه‌های بهداشتی معتبر را داشته باشد.
- **عمر مفید محصول :**تاریخ انقضای خمیر دندان را بررسی کنید؛ چراکه استفاده از خمیر دندان منقضی نه‌تنها کارایی لازم را ندارد بلکه به دندان و لثه آسیب می‌رساند.
- **قیمت و ارزش خرید :**خمیردندان گران، لزوماً بهترین انتخاب نیست؛ برای انتخاب مناسب، کیفیت و ویژگی‌های محصولات مختلف را بررسی کنید.
- **وجود مواد قندی و شیرین‌کننده :**بعضی خمیر دندانها دارای شیرین‌کننده هستند تا طعم ناخوشایندی نداشته باشند. ترجیحاً از مصرف آن‌ها خودداری کنید.

بهترین خمیر دندان برای دندان کامپوزیت شده و لمینت شده

اگر **کامپوزیت یا لمینت دندان** انجام داده‌اید، نمی‌توانید از هر خمیر دندانی استفاده کنید؛ چراکه ممکن است روکش های آن آسیب ببینند. به عنوان مثال، اگر خمیردندان درصد بالایی فلوراید داشته باشد، باعث کدر شدن کامپوزیت می‌شود. اگر کامپوزیت دندان در مشهد یا هر شهر دیگری زیرنظر بهترین متخصصان نیز انجام دهید، اما از خمیردندان حاوی مواد ساینده یا فلوراید با درصد بالا استفاده کنید، باعث آسیب به سطح و رنگ کامپوزیت یا لمینت می‌شود.



خمیر دندان مخصوص کامپوزیت و لمینت را با توجه به نکات زیر انتخاب کنید:

۱. انتخاب خمیر دندان های ضد حساسیت
۲. عدم استفاده از خمیر دندان های زغالی
۳. پرهیز از خمیر دندان های سفید کننده و دارای مواد ساینده
٤. ممنوعیت استفاده از خمیر دندان هایی با ترکیبات «سیلیکات»، «جوش شیرین»، «کربنات سدیم» و «پراکسید هیدروژن«

مشورت با دندانپزشک برای انتخاب بهترین خمیر دندان

استفاده از خمیر دندان نامناسب نه‌تنها کمکی به رفع مشکل شما نمی‌کند، بلکه می‌تواند آسیب‌های دیگری به دهان و دندان وارد کند. مشورت با دندانپزشکی حاذق به ما کمک می‌کند تا با توجه به نوع و وضعیت دندان‌هایمان، بهترین خمیر دندان را انتخاب کنیم.

کلینیک دندانپزشکی بارانا یکی از مراکز معتبر شهر مشهد است که می‌تواند در این زمینه به شما کمک کند. برای رزرو نوبت از این مجموعه همه روزه از ساعت ۹ الی ۱۳ و ۱۶ الی ۲۰ با شماره‌های ۰۵۱۳۷۶۰۹۰۰۹ و ۰۹۱۵۷۶۰۹۰۰۹ تماس بگیرید.

سوالات متداول درباره انتخاب بهترین خمیر دندان

۱ .چرا برای کامپوزیت و لمینت نباید از خمیر دندان سفیدکننده استفاده کنیم؟

هیدروژن پراکسید موجود در این نوع خمیردندان‌ها اثر نامطلوبی بر رنگ روکش‌ها می‌گذارند. از طرفی باعث ایجاد خراش بر روکش‌ها شده و درخشانی آن‌ها را از بین می‌برد.

۲ .چرا نمی‌توان خمیر دندان سفیدکننده را به صورت مداوم استفاده کرد؟

در این نوع خمیر دندان‌ها موادی مخصوص لایه‌برداری وجود دارد. استفاده بیش از حد و مداوم از خمیر دندان سفیدکننده مینای دندان راساییده و نتیجه معکوس خواهد داشت.

۳ .چرا هنگام مسواک زدن باید از خمیر دندان استفاده کنیم؟

مسواک نقش مهمی در تمیز کردن دندان‌ها ایفا می‌کند اما به تنهایی قادر به پاکسازی تمام موادغذایی از سطح لثه و دندان نیست. از طرفی برخی خمیر دندان‌ها علاوه بر خاصیت پاک‌کنندگی، دارای ویژگی‌هایی نظیر سفیدکنندگی نیز هستند.

۴ .آیا خمیر دندان زغالی برای بد مضر است؟

خیر، کربن فعالی که در این نوع خمیر دندان وجود دارد، خوراکی بوده و ضرری برای بدن نخواهد داشت.

۵ .آیا خمیر دندان‌های ژله‌ای آسیبی به روکش لمینت و کامپوزیت وارد نمی‌کنند؟

خمیر دندان‌های ژله‌ای خاصیت ساینده‌گی اندکی داشته و با خواص ضد حساسیتی که دارند، انتخاب مناسبی برای روکش کامپوزیت و لمینت خواهند بود.

۶ .استفاده بزرگسالان از خمیر دندان های کودکان امکانپذیر است؟

این خمیر دندان ها صرفا برای کودکان ساخته شده است؛ اما چنانچه خمیردندان مناسب در دسترس نبود یا غلظت فلوراید کمتری را ترجیح میدهید، میتوانید از نمونه های مناسب کودکان استفاده کنید.

۷ .کدام رنگ خمیر دندان خوب است ؟

اگر برای انتخاب خمیر دندان مناسب، مستطیل رنگی انتهای بسته‌بندی را به‌عنوان معیار استفاده می‌کنید، این عمل کاملاً اشتباه و منسوخ‌شده است .

۸ .بهترین خمیر دندون برای درد دندانها کدام هست؟

رعایت بهداشت دهان و دندان تا حد زیادی از بروز مشکلات دندانی مثل پوسیدگی، عفونت و درد پیشگیری می‌کند اما خمیر دندانی برای تسکین درد دندان تولید نشده است.