

Πρέπει να αλλάζουμε οδοντόβουρτσα μετά από γρίπη ή κρυολόγημα;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Μετά την ανάρρωση από λοίμωξη, όπως ένα επεισόδιο γρίπης ή κρυολογήματος, συνηθίζουμε να αλλάζουμε τα σεντόνια του κρεβατιού, να πλένουμε τις πετσέτες που χρησιμοποιήσαμε τις τελευταίες ημέρες και να πλένουμε προσωπικά είδη που πιθανότατα κουβαλούν τα μικρόβια που μας έκαναν να αρρωστήσουμε.

Επίσης, ίσως έχετε ακούσει ότι είναι καλό να αλλάζουμε και οδοντόβουρτσα. Είναι σωστή αυτή η πρακτική; Ποια η γνώμη των ειδικών;

Δεν υπάρχει κάποιος γενικός «κανόνας», επισημαίνει η γιατρός Neha Vyas από την Κλινική του Κλίβελαντ. Τα μικρόβια ενδέχεται να επιβιώσουν επάνω στην οδοντόβουρτσα για μερικές ημέρες, ωστόσο δεν υπάρχουν επαρκή επιστημονικά δεδομένα ώστε να επιβεβαιωθεί η θεωρία ότι το μικροβιακό φορτίο μπορεί να προκαλέσει νέο επεισόδιο ασθένειας.

Στην πραγματικότητα, οι πιθανότητες επαναλαμβανόμενης λοίμωξης –δηλαδή το ίδιο το άτομο να μολύνει ξανά και ξανά τον εαυτό του– είναι λίγες έως και απειροελάχιστες, αφού το ανοσοποιητικό αναπτύσσει αντισώματα ενάντια σε ένα συγκεκριμένο μικρόβιο που του επιτρέπει να το εξοντώσει εάν προσπαθήσει να

μολύνει τον οργανισμό στο μέλλον.

Όσο για τα άτομα που χρησιμοποιούν το ίδιο μπάνιο με τον ασθενή, επίσης δεν κινδυνεύουν, αρκεί οι οδοντόβουρτσες να μην τοποθετούνται στο ίδιο δοχείο.

Αξίζει να σημειωθεί ότι μια λοίμωξη εξασθενίζει το ανοσοποιητικό, οπότε η έκθεση σε άλλο ιό, βακτήριο κ.λπ. μπορεί να προκαλέσει νέα λοίμωξη, οπότε η αλλαγή της οδοντόβουρτσας μετά από βαριά λοίμωξη μπορεί να αποτελέσει ένα αποτελεσματικό μέτρο προστασίας. Στην περίπτωση αυτή, η παλιά οδοντόβουρτσα πρέπει να πεταχτεί μερικές μέρες μετά την ανάρρωση από την πρώτη λοίμωξη.

Πηγή: onmed.gr