

Πόσα βακτήρια “φιλοξενεί” μία οδοντόβουρτσα;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

image not found or type unknown



[9435c168794d438d984db3141dd922ca](#)

Εάν έχετε την καλή συνήθεια να βουρτσίζετε τα δόντια σας μετά από κάθε γεύμα, συγχαρητήρια! Ωστόσο, για να σας κάνει μόνο καλό αυτή η συνήθεια είναι σημαντική η καλή κατάσταση και η συχνή αντικατάσταση της οδοντόβουρτσά σας.

Σύμφωνα με έρευνα του Πανεπιστημίου του Μάντσεστερ της Αγγλίας, μία μέση οδοντόβουρτσα μπορεί να περιέχει 10 εκατομμύρια ή παραπάνω βακτήρια, συμπεριλαμβανομένων αυτών του E. Coli (η ουσία που ζει στο έντερο μας και μπορεί να προκαλέσει ήπια διάρροια ή ακόμα και εμετό και σοβαρές κοιλιακές κράμπες, αν είναι ένα δυσάρεστο στέλεχος) και σταφυλόκοκκου (που γενικά είναι άκακος αλλά μπορεί να προκαλέσει λοιμώξεις). Επίσης, σε οποιαδήποτε στιγμή, υπάρχουν 100 με 200 είδη βακτηρίων του στόματος πάνω στην οδοντόβουρτσα στο μπάνιο σας το οποία έχουν μεταφερθεί εκεί από το στόμα σας, στο οποίο κατοικούν.

Αλλά υπάρχουν περισσότερα πράγματα που θα πρέπει να μας κάνουν να ανησυχούμε, ειδικά αν φυλάμε την οδοντόβουρτσά μας σε ένα ποτηράκι στο νιπτήρα του μπάνιου μας.

“Αν φυλάτε την οδοντόβουρτσά σας σε απόσταση μικρότερη από 1 μέτρο περίπου από τη λεκάνη της τουαλέτας, τα σταγονίδια του νερού που εκτοξεύονται από αυτήν, μόλις τραβάτε το καζανάκι, “ψεκάζονται” στην ατμόσφαιρα και έπειτα στέκονται πάνω σε επιφάνειες όλου του μπάνιου και πάνω στην οδοντόβουρτσα”, επισημαίνει ο Charles Gerba, Ph.D., καθηγητής μικροβιολογίας στο Πανεπιστήμιο της Αριζόνα.

Επίσης, αν μοιράζετε την οδοντόβουρτσα –έστω και περιστασιακά- με την/τον σύντροφό σας, πρέπει να γνωρίζετε ότι τα μικρόβια που μεταφέρονται σε αυτήν είναι πολύ διαφορετικά από αυτά που ανταλλάσσετε όταν φιλιέστε.

“Βουρτσίζοντας μπορεί να δημιουργούνται μικρά κοψιματάκια στο στόμα και οι ιοί που δημιουργούνται από το αίμα, όπως η ηπατίτιδα Β, μεταφέρονται μετά στην οδοντόβουρτσα και μπορούν στη συνέχεια να μεταφερθούν από το ένα άτομο στο άλλο”, επισημαίνει ο Gerba.

Μάθετε πώς μπορείτε να καταπολεμήσετε φυσικά τη δυσάρεστη αναπνοή.

Πηγές: Shape.gr-

capital.gr