

# Как избавиться от неприятного запаха изо рта

Неприятный запах изо рта - это наиболее частый и распространенный признак многих стоматологических заболеваний, в том числе и кариозных. Неприятный запах изо рта является сопровождающим признаком многих патологических состояний организма, в том числе и хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта и верхних дыхательных путей. В зависимости от того, какое именно заболевание является провоцирующим данное неприятное явление, меняется, как и сам процесс лечения, так и его интенсивность. Сам по себе неприятный запах изо рта - легко устраняется с помощью определенных мер, направленных на уход за полостью рта, которые мы рассмотрим ниже.

## Чистка языка

**Цель очистки языка - удаление бактерий и остатков пищи, скапливающихся на его поверхности.** При чистке языка следует стараться очищать большую его площадь. Чистку можно проводить с помощью обыкновенной зубной щетки и пасты, для этого производятся специальные движения от основы языка к передней его поверхности. Необходимо чистить весь язык, даже самые дальние его участки, так именно они включают в себя большее скопление микроорганизмов.

Движение щетки желательно производить с небольшим нажимом. В том случае, если очистка щеткой не удовлетворяет Ваши ожидания, то поверхность языка допустимо очищать ложкой. Специальные ложки для очистки языка можно приобрести в аптеке. Ни в коем случае нельзя чистить язык чем-либо острым.

Очистка ложкой - может быть более болезненной процедурой, нежели чем очистка щеткой, к тому же следует учитывать тот факт, что сама по себе зубная паста имеет в своем составе вещества с антибактериальными свойствами, что делает процесс чистки более эффективным.



## Очистка полости рта с помощью полоскания специальными жидкими ополаскивателями

Жидкие очистители предназначены для полоскания полости рта. Роль жидких очистителей заключается в том, что они значительно улучшают очищение поверхностей зубов, освежают полость рта и даже предотвращают образование зубного налета.

**Жидкие очистители полости рта - это специальная стоматологическая жидкость, содержащая в своем составе биологически активные компоненты, замедляющие развитие бактерий во рту, а так же снижающие концентрацию сернистых выделений.** Чаще всего жидкие очистители используются как полоскание после чистки зубов и очистки языка специальной медицинской ложкой. Приобрести данное средство легко и без затруднений вы сможете в аптеке.

Использование специальных лечебных паст против неприятного запаха утром и вечером значительно

влияет на развитие воспалительных процессов в полости рта и снижает рост жизнедеятельности анаэробных бактерий. Желательно совмещать чистку рта лечебной пастой с полосканием жидким очистителем на основе диоксида хлора или цинка.

## **Водолечение. Контроль содержания жидкости в организме**

Вода играет важнейшую роль в организме человека. Питье большего количества воды поддерживает образование слюны на должном уровне, а полоскание рта водой растворяет и вымывает из полости рта выделения бактерий.

**Питье воды и полоскание рта значительно ослабляет неприятный запах изо рта.** Кроме воды можно использовать специальные жевательные резинки и освежающие леденцы без сахара, стимулирующие выделение очищающей слюны.

## **Профессиональные врачебные методики**

В наше время стоматология оперирует все новыми и новыми методиками и технологиями, разработанными специалистами и профессионалами в данной области.

**На сегодняшний день, к примеру, для борьбы с неприятным запахом изо рта производится использование специальных капп.** Их края простираются за пределы края десен на 3 мм. Каппы заполняются специальным кислородным гелем, свободно проникающим в любую область полости рта. Кислородный гель, являющийся основой данного вида стоматологического лечения расщепляет сернистые отходы, имеющие неприятный запах. Обычно такая методика назначается и проводится под присмотром врача стоматолога, надевающего каппы, ношения которых в течении двух недель достаточно для того, чтобы добиться исчезновения неприятного запаха на долгое время.