

## Kuri dantų pasta geriausia?

Dažnai [www.dantupastos.lt](http://www.dantupastos.lt) pirkėjai klausia, kokia dantų pasta geriausia. Tenka atsakyti, kad visos dantų pastos yra skirtingos, ir dažniausiai vieniems pati geriausia yra viena, o kitiems – kita, priklausomai nuo dantų ir dantenų būklės bei pačio vartotojo poreikių bei lūkesčių. Tačiau dantų pastos pasirinkimo klausimas vis dar aktualus daugeliui.

Dantų pastas supaprastintai galima skirstyti į kasdienio vartojimo, arba higienines, ir gydomąsias-proflaktines, skirtas tam tikroms burnos higienos problemoms lengvinti. Higieninės yra skirtos kasdienei burnos higienai ir iš jų nereikia tikėtis nieko daugiau - tik dantų apnašų nuvalymo. Kad ir kokių vaistinių augalų ekstraktų jose būtų, daugiau naudos gausite praskalavę burną to paties augalo stipriu nuoviru ar arbata negu to augalinio ekstrakto kiekiu, esančiu žirnio dydžio dantų pastos kiekyje ant dantų šepetėlio. Išimtimi galima laikyti nebent dantų pastas-koncentratas, kuriame vaistingųjų medžiagų kiekiai yra koncentruoti, t.y. gerokai didesni (pvz., dantų pasta-koncentratas AJONA Stomaticum).

Gydomosios-proflaktinės dantų pastos skirtos tam tikrai burnos higienos problemai palengvinti, jose gali būti ne tik antiseptikų, žudančių visus burnos mikrobus (dažniausiai naudojamas triklozanas ir chlorheksidinas), dantenų kraujavimą stabdančių vaistažolių ištraukos ar jų kompleksai, dantų emalį stiprinantys fluoro ar kalcio hidroksiapatitų junginiai.

Čia reiktų atkreipti dėmesį, kad dantų pasta, kokia ji bebūtų, nėra vaistas, ir todėl negydo ligų. Ji tik gali palengvinti tam tikrus ligos požymius, bet gydomuoju poveikiu nepasižymi.

Kaip atskirti higieninę dantų pastą nuo profilaktinės-gydomosios? Iš tikrųjų, jas gana lengva sumaišyti, nes ant daugelio dantų pastų pakuočių rasite panašius reklaminius gamintojų užrašus, kaip „mažina dantenų kraujavimą“, „stiprina dantų emalį“, „pasižymi profilaktiniu ir gydomuoju poveikiu“ ir t.t. Pagrindinis skirtumas – tik pati dantų pastos sudėtis ir informacijos ant dantų pastos pakuotės išsamumas. Jei dantų pastoje yra fluoro, turi būti nurodytas jo kiekis ppm, nes nuo jo kiekio priklauso, kas gali saugiai naudoti tą pastą; jei yra antiseptikų – kokis jų kiekis procentais ir būtinas perspėjimas, kad tokią dantų pastą saugu naudoti nuo 7 iki 14 dienų, nes ji žudo ne tik blogąsias burnos bakterijas, sukeliančias dantenų uždegimą, bet ir gerąsias. Kai kurios vokiškosios profilaktinės-gydomosios dantų pastos turi Vokietijoje suteiktą medicininio produkto statusą (pvz., Salviagalen su fluoru ir be fluoro ir Cruzylan). Beje, jeigu jūsų dantys jautrūs, jums reiktų atkreipti dėmesį ir į dantų pastos abrazyvumą. Daugiau apie dantų pastos pasirinkimą galite skaityti čia.

Dar vienas dantų pastų požymių, sukiantis daugiausiai apkalbų, yra spalvotas jų tūbelių žymėjimas ant tūbelės galo. Vieni teigia, kad tie spalvoti žymėjimai rodo dantų pastos sudėtį (juoda – visiškai cheminė, mėlyna – sudėtyje yra cheminių medžiagų, raudona – sudėtyje yra medikamentų, medicininių sudėtinių dalių ir žalia – sudėtyje tik natūralios sudėtinės dalys). Kiti tokią nuomonę paneigia, teigdami, kad šie žymėjimai yra grynai gamyboje ir pakavimui naudojamas žymėjimas (<http://www.aroma.bg/en/beauty/health/what-do-the-colored-squares-on-the-toothpaste-tubes-mean-225/>). „Eye marks“, arba sensoriai, dažniausiai atpažįsta juodą, mėlyną ir įvairius mėlynos spalvos atspalvius, žalią ir raudoną spalvas. Tačiau kas konkrečiai nulemia, kokios spalvos kodas bus, neaišku. Kaip ten bebūtų, prekybos centruose daugiausia dantų pastų su juodu žymėjimu. Populiariausias mūsų prekiaujamų pastų žymėjimas – mėlynas, juo pažymėta daugiausia dantų pastų. Su žaliu žymėjimu mums kol kas pavyko rasti tik porą – Sante Dental Med dantų pastą su B12 vitaminu ir Ayurdent dantų pastas.