



LETTERE

i nostri esperti rispondono alle lettrici

ODONTOIATRIA

professor Gianfranco Aiello

Può un collutorio aiutarmi a sconfiggere o prevenire la placca?

Gentile dottore, per quanto mi lavi spesso i denti, ogni volta che vado dall'igienista vengo rimproverata perché trascuro certe parti della bocca. Per prevenire gengiviti e carie può essere utile, nel mio caso, l'uso quotidiano di un collutorio, magari "medicato"?

Anna, 34 anni

Gentilissima lettrice, la *placca batterica* è una specie di gel che si forma ogni 12-18 ore. Pertanto va rimossa con cura

due volte al giorno, dopo i pasti principali, con lo spazzolino e il filo interdentale. Il primo può essere manuale o elettrico e va passato sui denti, dalla gengiva verso l'esterno, soffermandosi almeno un minuto per arcata dentaria. Il filo, invece, è un ausilio indispensabile (lei lo usa?) perché rimuove placca e residui di cibo nello spazio interdentale, dove insorgono il 90 per cento delle carie e l'80 per cento dei problemi alle gengive. In commercio ne esistono diversi tipi, studiati anche per chi ha i denti molto ravvicinati o "accavallati". Può essere utile, una volta ogni tanto, anche lo spazzolamento della lingua con l'apposito *net-talingua* venduto in farmacia. Queste, le regole più importanti da seguire. Quanto al collutorio, purtroppo non esiste alcun antisettico orale (a base di *clorexidina*, per esempio) in grado di bloccare la formazione della placca batterica: il suo uso quotidiano non apporta infatti alcun beneficio in più rispetto all'uso corretto di "spazzolino e filo". Anzi, occorre ricordare che alcuni collutori medicati a lungo andare possono portare alla formazione di macchie scure sui denti, o possono sensibilizzare le mucose gengivali. Vanno quindi usati per un breve periodo (da una settimana a un mese al massimo), e solo su precisa prescrizione del suo dentista. Più che per prevenire la placca sono infatti utili in caso di gengiviti, infiammazioni alle gengive diagnosticate dall'odontoiatra, l'unica figura specialistica in grado di consigliare il collutorio più indicato al proprio tipo di problema.