

# DONNA MODERNA

<http://www.mondadori.com/donnamoderna>

**Lire 350**

Settimanale femminile  
di moda, attualità,  
cronaca e sport

SE NON  
ANCORA ISCRITTO  
AL CLUB  
DONNA MODERNA  
FALLO SUBITO.  
CI SONO SOLO  
Pochi giorni

## IL DENTISTA

### Fumate molto? Non trascurate l'igiene orale

Su tre persone che stanno male dal dentista, due sono uomini. Le statistiche dimostrano che i maschi hanno un vero terrore di sottoporsi a questo tipo di cure. Quindi tendono a evitarle. Alcune ricerche rivelano che certi uomini trascorrono 10 anni senza andare dal dentista. Rischiano problemi seri, perché molte malattie all'inizio non danno disturbi: solo il medico può accorgersene. Ed evitare che degenerino. La situazione si complica per i fumatori. Non tenere sotto controllo la salute della bocca, insieme all'abitudine alla sigaretta, è la prima causa della comparsa della piorrea: una malattia di denti e gengive che nelle forme più insidiose è molto frequente proprio nei maschi. Il fumo danneggia le gengive perché ostacola la circolazione del sangue, che rappresenta una barriera contro le infezioni. Quindi i germi le attaccano più facilmente e le malattie si manifestano



Il dottor **GIANFRANCO AIELLO**, presidente dell'Accademia estetica dentale italiana, spiega come curare i disturbi della bocca.

in maniera più rapida. In più, i forti fumatori tendono a evitare colluttori e dentifrici, che eliminano dalla bocca il sapore del fumo. Per evitare di peggiorare la situazione, fumatori e non dovrebbero andare dal dentista almeno una volta all'anno. E curare molto l'igiene. Oltre a lavare i denti dopo ogni pasto, è importante usare il filo interdentale, che elimina i residui di cibo non raggiungibili dallo spazzolino. E, da ultimo, non dimenticare di spazzolare la lingua dall'interno verso l'esterno: un'abitudine che pochi hanno e che è invece fondamentale per rimuovere anche i germi più nascosti.

**Gianfranco Aiello**