

16.09x19	1	2	עמוד	ידיעות אחרונות - זמנים בריאים	30/05/2010	22795100-6
דוקטור רונן בורדובסקי רופא שיניים רונן בורדובסקי - 27640						

גזור ושמור

עצות ורעיונות לחיים בריאים יותר מאת שירלי גולן



באמת!?

המיתוס: צחצוח שיניים חזק יעיל יותר.

האמת: לא נכון, קובע רופא השיניים ד"ר רונן בורדובסקי. רבים בטוחים שצחצוח חזק ונמרץ של השיניים תורם לניקיון ומרחיק יותר חיידקים מהפה. אבל צחצוח יעיל צריך להתבצע בעדינות וכלי כוח. רבות מבעיות החניכיים, ובייחוד נסיגת חניכיים, נגרמות עקב צחצוח חזק מדי. הנוק, למרבה הצער, הוא בלתי הפיך.

