

Автор: Т.Сиротко, врач-стоматолог-терапевт(заведующий)стоматологического отделения для обслуживания взрослого населения стоматологической поликлиники



Прообразы современной жевательной резинки можно найти в любой части света. Древнейший из них, найденный в Юли-Ий (Финляндия), датируется пяти тысячелетней давностью (период неолита). Известно, что ещё древние греки жевали смолу мастичного дерева для освежения дыхания и очистки зубов от остатков пищи. Для этого также использовался пчелиный воск. Племена Майя использовали в качестве жевательной резинки застывший сок гевеи — каучук.

На севере Америки индейцы жевали смолу хвойных деревьев, которую выпаривали на костре. В Сибири жуют засохшую смолу лиственницы. В Индии и Юго-Восточной Азии прототипом современной жевательной резинки стала смесь листьев перечного бетеля, семян арековой пальмы и извести. Данный состав не только дезинфицировал полость рта, но и считался афродизиаком. В некоторых азиатских странах его жуют до сих пор.

Первая в мире фабрика по производству жевательной резинки была основана в городе Бангор (штат Мэн, США). С этого момента история жевательной резинки развивается со стремительной скоростью. Настоящий бум жвачек начался только в XIX веке. В 1869 году дантист Уильям Семпл запатентовал изделие, изготавливаемое из каучука. В этом же году Томасом Адамсом был предложен прототип современной жевательной резинки. Его основой стал сок листьев дерева саподилла, своими свойствами напоминающий латекс. Через 15 лет была выпущена первая жвачка с ароматизаторами и сахаром.

Жвачку производят преимущественно **из синтетических полимеров** с добавлением других компонентов: подсластителей, ароматизаторов, консервантов, витаминов и ферментов. В некоторых жвачках могут присутствовать активные вещества, способствующие отбеливанию зубов и реминерализации зубной эмали.

Согласно классификации выделяют жевательные резинки:

- простые
- гигиенические
- профилактические

Простые жевательные резинки (сахаросодержащие) способствуют очищению зубов от налета, стимулируют слюноотделение, обладают кариесогенным действием.

Гигиенические жевательные резинки содержат простые сахарозаменители, способствуют очищению зубов от налета, стимулируют слюноотделение, нейтральны в отношении органов и тканей полости рта.

Профилактические (современные) жевательные резинки имеют более сложный состав, в который входят несколько сахарозаменителей и кристаллов. Эти резинки обладают очищающими свойствами, нейтрализуют кислоту в полости рта.

Основой для выбора жевательной резинки должно стать отсутствие сахара и замена его сахарозаменителями - ксилитом и сорбитом, их комбинациями и производными. Сахарозаменители оказывают противокариозный эффект благодаря их противомикробному действию, повышению буферной емкости слюны, понижению выработки органических кислот в полости рта. Установлено, что пик активизации слюноотделения при использовании жевательных резинок наблюдается через 1 минуту после начала жевания. Слюна очищает полость рта от остатков пищи, содержит белки, препятствующие росту колоний кариесогенных бактерий. Еще одно свойство, позволяющее отнести жевательную резинку к разряду лечебно-профилактических - наличие в ней дополнительных ингредиентов, усиливающих их противокариозное действие. Примером таких ингредиентов являются фториды, соли кальция.

Первые публикации по оценке клинической эффективности жевательной резинки с препаратами на основе кальция и фосфатов появились более 30 лет назад.

Американскими исследователями было установлено, что жевательная резинка с используемым дикальцийфосфатом благоприятно влияет на содержание в слюне кальция и фосфатов. В исследовании Chow L.C. и соавт. (1994) была изучена эффективность применения жевательной резинки с другими минеральными добавками (моногидрат-монокальций-фосфатом и эквимолярной смесью тетракальцийфосфата с ангидридом дикальцийфосфата). Установлено, что обе экспериментальные жевательные резинки приводят к достоверному существенному повышению концентрации кальция и фосфатов в слюне, а также к повышению степени перенасыщения слюны в результате 16-минутного жевания. Полученные результаты дали авторам основание высказать мнение о пользе употребления жевательной резинки с соединениями кальция и фосфора для повышения минерализующих свойств слюны.

В настоящее время имеются убедительные данные о противокариозной эффективности фторсодержащей жевательной резинки (Hattab F.N. с соавт., 1989). Однако, применение данного подхода для профилактики кариеса имеет весьма существенное ограничение: жевательная резинка в сознании населения воспринимается скорее, как кондитерское изделие, а не лекарственное средство. Поэтому контролировать суточную дозу употребления фторсодержащей жевательной резинки, а, следовательно, и поступления фтора в организм, практически невозможно. Такие жевательные резинки должны употребляться только по рекомендации врача и иметь ограничение на распространение через широкую розничную сеть (Соловьева А.М., 2001). Одним из примеров жевательной резинки с фтором является резинка "Флюоретт" фирмы "Фертин А/С" (Дания).

Растворимая соль кальция - лактат кальция, которая входит в состав жевательной резинки "Орбит для детей", снижает кариесогенный потенциал пищевых продуктов (Kashket S., Yaskell T., 1997). Введение лактата кальция в состав жевательной резинки повышает ее реминерализующий потенциал.

Кроме того, жевательная резинка массирует дёсны во время жевания и помогает равномерно нагрузить весь зубочелюстной аппарат, что хорошо для профилактики пародонтоза. Причём именно для профилактики — если пародонтоз уже есть, жвачку жевать нельзя. Жевательное давление передаётся по всем зубам равномерно. Его обеспечивают круговые связки зубов, благодаря чему не происходит перегрузки. При пародонтите и пародонтозе эти круговые связки разрушаются. В результате зубы оказываются изолированными, и жевательное давление передаётся вертикально на костную ткань, которая окружает каждый зуб. Из-за этого происходит компрессия сосудов, нарушение питания и атрофия костной ткани, оголяются шейки зубов, зубы теряют устойчивость и становятся ещё более подвижными. Повышенная стираемость зубов — ещё одно противопоказание к жеванию резинки. Кроме того, людям с

аллергическими реакциями стоит аккуратно подходить к выбору жевательной резинки из-за их сложного состава. Необходимо контролировать употребление резинок детьми. Надувание пузырей может приводить к заглатыванию лишнего воздуха (аэрофагии). Чрезмерное жевание, движение языка при формировании пузырей - к нарушению прикуса. И сама привычка жевать может приводить к болезненной зависимости.

Таким образом, стоит выбирать жевательную резинку, не содержащую сахара. Лучшей гарантией качества резинки является сертификат, подтверждающий то, что данная резинка является лечебно-профилактическим средством гигиены полости рта. Покупая жевательную резинку, нужно внимательно ознакомиться с информацией на упаковке, обращая внимание на то, кто ее производитель, каков состав и срок годности. Жевательную резинку следует использовать только после еды в течение 10-15 минут, чтобы не стимулировать избыточную выработку желудочного сока. При этом для очистки полости рта достаточно одной пластинки или пары подушечек, которые надо жевать в обычном ритме, не открывая широко рот и не надувая пузыри. Жевательные резинки не заменяют обязательного применения других средств гигиены полости рта. Жевательная резинка, по сути, имеет основную функцию — удаление остатки пищи после еды, когда нет возможности почистить зубы. Но теперь сделать это вне дома не такая уж и проблема. Продаются одноразовые гигиеничные зубные щётки с уже нанесённой зубной пастой, их после чистки зубов можно выбросить. Кроме того, с этой задачей отлично справляется флосс. Если же нет возможности воспользоваться зубной щёткой или нитью после еды, прополощите рот водой. После употребления кислотосодержащих напитков, например, лимонадов и свежесжатых соков, следует чистить зубы только через 10-20 минут — кислоты размягчают эмаль, а механическая чистка повреждает её.

Наравне с выбором жевательной резинки, так же важна культура ее потребления. В Сингапуре радикально подошли к вопросу загрязнения и запретили ввоз этой продукции на территорию своей страны. Запрет имеет логическое объяснение. Как только в 1987 году в Сингапуре заработало метро, хулиганы взяли моду приклеивать жвачки к датчикам автоматических дверей, отчего те, как утверждали власти, ломались. От плавящихся на тропическом солнце резинок портился асфальт, обувь жителей и автомобили. «Беспредел» остановили в 1992 году, запретив в стране жвачку. С внедрением в жизнь новых норм тротуары, стены и места общественного пользования стали значительно чище. Раньше муниципалитету приходилось тратить значительные средства на удаление кусков жевательной резинки, которую можно было встретить в самых необычных и труднодоступных местах. Существенная экономия муниципальных средств позволила направить высвободившиеся деньги на развитие инфраструктуры, ремонт и приведение в порядок поврежденных временем памятников.

Будьте здоровыми и соблюдайте чистоту!