

## Comunicato stampa

# Una buona igiene orale per baci più piacevoli

**Berna, 14 febbraio 2015. La Società svizzera odontoiatri SSO approfitta dell'odierna ricorrenza per ricordare quanto sia importante curare la propria igiene orale per avere bocca e denti sani. Chi ha cura dei propri denti non fa del bene solo a se stesso e alla propria salute: una bocca sana, infatti, rende più piacevoli anche i baci.**

Baciarsi è bello, soprattutto nella giornata dedicata agli innamorati. Tuttavia, baciandosi ardentemente le coppie non dimostrano solo il loro amore, rischiano anche di trasmettersi batteri, alcuni dei quali dannosi per il cavo orale e i denti.

### La carie si può evitare

La carie e le affezioni alle gengive sono causate da batteri che possono essere trasmessi da una persona all'altra, per esempio con un bacio in bocca. Chi, però, pulisce accuratamente i propri denti non ha nulla da temere. Rimuovendo la placca batterica che si forma sui denti, infatti, si prevengono i danni ai denti e si rendono i baci più piacevoli.

### Prevenire l'alito cattivo

L'alito pesante fa passare la voglia di baciarsi. L'efficacia degli spray o delle caramelle per rinfrescare l'alito, però è limitata nel tempo. L'alito cattivo è spesso causato dalla placca batterica che si forma sui denti e sulla lingua, di conseguenza è utile pulire regolarmente e in maniera accurata i denti, mentre la placca batterica che si deposita sulla lingua può essere rimossa una volta al giorno con un apposito strumento. A chi soffre di alito pesante nonostante un'accurata igiene orale si consiglia di rivolgersi a un medico dentista SSO.

### Rinunciare al tabacco

L'alito dei fumatori non fa solo passare la voglia di baciarsi: il fumo attutisce il senso del gusto, irrita la gengiva ed è una delle cause dell'alito cattivo. Chi fuma non corre solo un rischio maggiore di soffrire di affezioni alle gengive, ma anche di contrarre un tumore del cavo orale, soprattutto se nel contempo consuma alcolici. I medici dentisti SSO sono a disposizione dei loro pazienti per una consulenza su come smettere di fumare.

Per dare baci indimenticabili il giorno di San Valentino, la Società svizzera odontoiatri SSO consiglia:

- di pulire accuratamente i denti dopo ogni pasto principale;
- di pulire tutti i giorni gli spazi interdentali con il filo interdentale o con gli appositi spazzolini;
- di rimuovere tutti i giorni con un apposito strumento la patina che si forma sulla lingua;
- di smettere di fumare.

Ulteriori consigli e spiegazioni sulla salute dei denti e del cavo orale si trovano sul sito [www.sso.ch](http://www.sso.ch).

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

**Marco Tackenberg, Servizio stampa e d'informazione SSO, tel. 031 310 20 80**