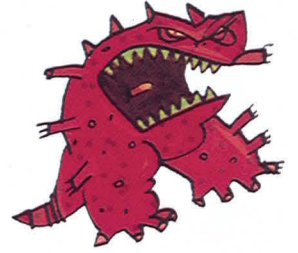
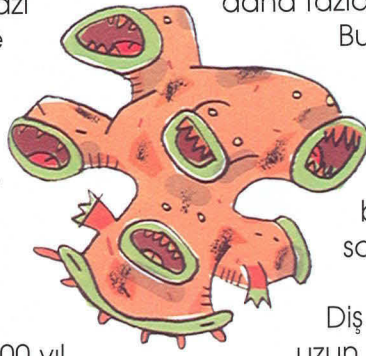


Dişlerimizin Dostu

Diş Macunu



Ağızımızın bakteriler için tam bir cennet olduğunu biliyor muydunuz? Her zaman ıslak ve ortalama olarak 37°C sıcaklıkta olan ağızımızda, 300'den fazla türden bakteri yaşar. Burada her gün yaklaşık 100 milyar yeni bakteri oluşur. Yediğimiz karbonhidratlar ve özellikle de şeker, bu bakterilerin, diş minesine zarar veren bir asit üretmesine neden olur. Küçük bir şeker yeseği bile bu, asit oluşması için yeterlidir ve asit hemen dişlerimize saldırmaya başlar. Çürüklerin oluşması aylar, hatta yıllar alabilir. Ancak, bazı çürükler çok çabuk da oluşabilir ve çok ağrılı olabilir. Dişimizde bir kez çürük oluştuğundan sonra bundan kurtulmanın tek yolu, bir diş hekimine görünmektir. Ama, neyse ki diş fırçaları ve diş macunları var!



Aslında, diş çürükleri ve diş hastalıkları neredeyse insanlık tarihi kadar eskidir. Örneğin, insanın 25 000 yıl önce yaşamış atalarından Cro Magnonların da diş çürümelerinden çektiğini biliyoruz. İÖ 5000 yılına ait bir Sümer belgesinde, diş ağrılarına dişlerin içinde yaşayan bazı solucanların neden olduğu söyleniyor. İÖ 2700 yılında da, Çinliler diş ağrılarını akupunkturla iyi etmeye çalışmışlar.

Bilinen ilk diş macunları, bundan 6-7 bin yıl önce Mısır'da ve Çin'de kullanılmış. Aslında bunlara diş macunu demek ne kadar doğru olur, isterseniz buna siz karar verin. İşte size, bu dönemden kalma bir yazıda belirtilen diş macunu formülü: Biraz okalıptüs yaprağı tozu, mür (bir sakız türü), toz haline getirilerek pişirilmiş yumurta kabuğu, ve süngertaşı. Bunların yanı sıra, meyveler, bal,

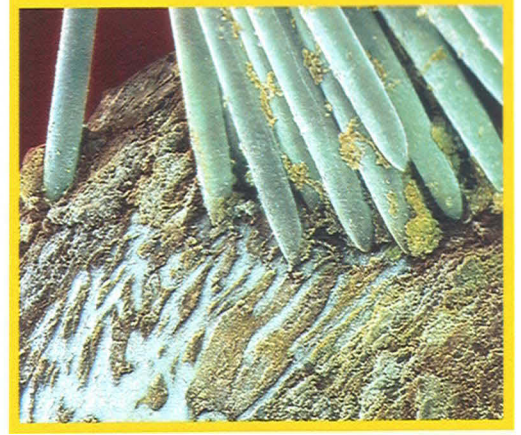
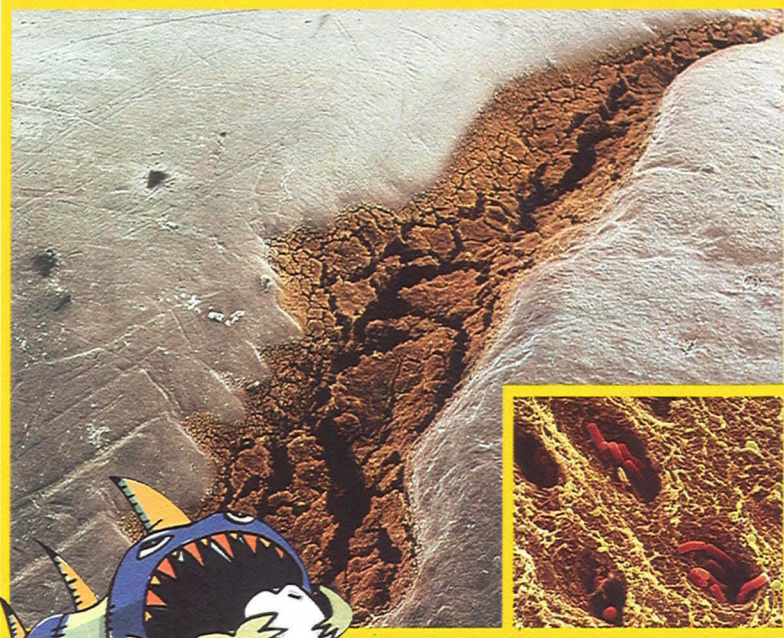
kurutulmuş çiçekler, türlü tohumlar, mineraller ve alçı taşı da diş macunu yapımında kullanılanlar arasındaydı. Aynı yazıda, bu malzemelerin iyice karıştırılarak parmak yardımıyla dişlerin iyice ovulması önerilmiş. O zamanlar diş fırçasının henüz icad edilmemiş olduğunu söylememize gerek yok sanırız.

Daha sonra, diş fırçasının atası olarak kabul edebileceğimiz ağaç çubuklar kullanılmaya başlandı. Sonradan da, bu çubukların uçları, daha fazla yere erişmesi için ezilerek kullanıldı.

Bugün kullandıklarımıza benzeyen diş fırçaları, Çinliler tarafından geliştirildi. Bu fırçaların Avrupa'ya getirilişiyse, 1600'lü yıllarda oldu. Biz artık ağaçtan yapılmı, az bulunan bu fırçaları değil, her yerde satılan naylon diş fırçaları kullanıyoruz.

Diş macunu günümüze gelene değin uzun bir serüven geçirmiş. 18. Yüzyılda, stronsiyumun dişlere iyi geldiği düşünüldüğü için, diş macunlarına bu maddeden katılmış. 18. yüzyılın sonlarında, köpürmesi için macunlara boraks tozu katmaya başlamışlar. O zamanlar diş macunları porselen kaplarda satılıyormuş. Bugünkü gibi tüpte satılan ilk diş macunuysa, 1896 yılında üretilmiş. Diş macunlarında, diş koruyan bir katkı maddesi olan flor bileşiklerinin yararlı etkilerinin bulunuşu, diş macununun uzun tarihçesi düşünüldüğünde, oldukça yakın bir zamanda olmuş. 1952 yılında, flor bileşiklerinin, diş minelerini güçlendirdiği ve dişlerin üzerinde plak oluşturan bakterilerin etkinliklerini yavaşlattığı bulunmuş. Dişlerimiz üzerindeki bakterilerin oluşturduğu bir tabaka olan plak, göze çarpmayan,





Solda: Dişteki bir çürüğü mikroskop altında görüyorsunuz. Diş ağrısına, bu zayıf yerden dişin içine giren bakteriler neden olur (küçük resim). Sağda: Çürüklerle savaş... Diş fırçası dişlerimizin üzerindeki yemek artıklarını ve kirleri kazırken mikroskop altında böyle görünüyor.



beyaz ve yumuşak bir maddedir. Bu bakterilerin salgıladığı

asit, diş minesini zayıflatınca bakteriler de buradan içeri girmeye başlar. İşte, diş macununun içindeki maddeler, bu zayıf yerlerin onarılmasına yardım eder. Aslında, tükürüğümüz de diş macunuyla aynı görevi yapar. Tükürüğümüzde, dişleri temizleyen maddeler ve zarar görmüş dişlerin onarılmasına yarayan mineraller, ayrıca, bakterilere ve mantarlara karşı koruyucu maddeler bulunur. (Bir insanın günde bir litre kadar tükürük ürettiğini biliyor muydunuz?) Fakat yine de diş macununun korumasına ihtiyacımız var; çünkü, çok fazla şeker ve nişasta (karbonhidrat) tüketiyoruz.



Modern diş macunlarının içinde neler bulunduğu da bir göz atalım mı? Günümüzde kullanılan diş macunlarının içinde, parlaticılar, temizleyici ve köpürtücü maddeler ve onarıcı maddeler olmak üzere üç

temel malzeme bulunur. Eski zamanlardan beri diş macunlarının bir bileşeni olan parlaticılara en iyi örnek kalsiyum karbonattır. Bu parçacıklar, dişlerdeki kalıntıları aşındırarak dişlerin temizlenmesine yardım eder. Diş macunlarının içinde köpürtücü madde olarak, genellikle "sodyum loril sülfat" adlı madde bulunur. Bu, yemek artıklarının ve diğer kalıntıların yumuşamasını sağlar ve parlaticıların, dişler ve diş etleri üzerinde kolayca kaymasına yarar. Florürler gibi iyileştirici maddelerse, ağızdaki dokuları ve dişleri sağlıklı tutmaya yarar. Diş macununun içinde dişlerin çürümesini engelleyen temel madde florür denilen flor bileşikleridir. Bunlar, diş minelerimizi asitlere karşı güçlendirir. Tükürüğümüz de diş macunuyla ağızımıza gelen florürü, kalsiyumu ve fosforu depolar. Bu üçü bir araya geldiği zaman, zayıflayan diş minelerimizin yeniden oluşmasını sağlar. Bütün bunları öğrendikten sonra, evinizdeki diş macunu tüpünün üzerinde yazanlara bir göz atmaya ne dersiniz?

Aslı Zülâi

