

แปรงสีฟันแหล่งแพร่ของเชื้อโรค

หากบอกว่าแปรงสีฟันเป็นอุปกรณ์ที่สะอาด และเป็นแหล่งเพาะเชื้อโรคน้อยที่สุด ทันตแพทย์ส่วนใหญ่คงจะไม่เห็นด้วย แบคทีเรียสามารถเติบโตในแปรงสีฟัน ซึ่งมีแหล่งอาหารและน้ำที่เพียงพอ สำหรับการเติบโต แถมยังตั้งอยู่ใน ห้องที่มีเชื้อโรคมากที่สุด นั่นคือห้องน้ำ อีกต่างหาก

นักวิจัยพบว่า แบคทีเรียสแตปโตคอคคัส สแตปฟีโลคอคคัส อินฟลูเอนซ่า และเฮอร์ปซิมเพล็กซ์ 1 รวมทั้งเชื้อโรคอื่นๆ สามารถมีชีวิตอยู่ในแปรงสีฟัน แม้ทันตแพทย์ส่วนใหญ่แนะนำให้เปลี่ยนแปรงสีฟันอย่างน้อยทุกๆ 3-4 เดือน แต่จุลชีพเล็กๆ นี้ สามารถมีชีวิตอยู่ได้นานกว่านั้น โดยแบคทีเรีย ไวรัส และเชื้อโรค สามารถแพร่จากแปรงสีฟันอันหนึ่งไปสู่อีกอันหนึ่งได้ง่าย และการใช้แปรงสีฟันร่วมกับคนอื่นก็ทำให้เกิดการติดเชื้อมากขึ้น



อย่างไรก็ตาม เพราะแบคทีเรียมักชอบเติบโตในที่ที่อบอุ่น มีด และชื้น ดังนั้น ทันตแพทย์จึงแนะนำให้วางแปรงสีฟันไว้ใกล้หน้าต่างห้องน้ำ

"การใช้แปรงสีฟันไฟฟ้า ทำให้เชื้อโรคทำลายเหงือกของเราได้มากขึ้น ดังนั้นการใช้แปรงสีฟันแบบปกติที่มีขนาดเล็ก หัวแปรงสะอาด และเปลี่ยนทุกๆ 2 สัปดาห์ จะดีกว่า" ดร.อาร์ทอม กลาส แห่งมหาวิทยาลัยโอคลาโฮมา กล่าว

"ควรเปลี่ยนแปรงสีฟันเมื่อคุณป่วย เพราะคนจำนวนมากป่วยเพราะใช้แปรงสีฟันเก่า แปรงสีฟันเป็นแหล่งเพาะพันธุ์เชื้อโรคที่ดีที่สุดแห่งหนึ่ง ดังนั้น ควรเปลี่ยนแปลงให้บ่อยที่สุดเท่าที่จะทำได้"

ดร.ทาเร็ก ไอตริส ผู้เชี่ยวชาญด้านทันตกรรมตกแต่งจากฮาร์เลย์ สตริท

"เกือบ จะเป็นเรื่อง เซอร์ไพรส์อย่างมากที่แปรงสีฟันถือเป็นวัตถุอันตรายในบ้าน เราไม่ควรทิ้งแปรงสีฟันไว้ในห้องน้ำแล้วใช้แล้วใช้อีกโดยไม่ล้างให้สะอาด เสียก่อน" ไอตริสเสริม



นอกจากนั้น หลายคนยังทิ้งแปรงสีฟันไว้ในแก้วเดียวกับคนอื่น ซึ่งอาจทำให้เชื้อโรคติดต่อถึงกันหากแปรงสีฟันสัมผัสกัน

การสะสมของแบคทีเรียร้ายในระบบเลือด อาจส่งผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย และเขาเชื่อว่า ในอีก 10-15 ปีข้างหน้า เราอาจต้องฆ่าเชื้อแปรงสีฟันกันเป็นประจำ หรือใช้แปรงสีฟันแบบใช้แล้วทิ้ง

ผู้เชี่ยวชาญจึงแนะนำให้เปลี่ยนแปรงสีฟัน อย่างน้อยทุกๆ 3 เดือน ไม่ควรใช้แปรงสีฟันร่วมกับผู้อื่น ขอคำแนะนำเรื่องการแปรงฟันจากทันตแพทย์ งดใช้แปรงสีฟันที่มีขนแปรงแข็ง เนื่องจากจะทำให้เหงือกเป็นแผล และกลายเป็นช่องทางให้เชื้อโรคเข้าสู่กระแสเลือด และหาปลอกใส่แปรงสีฟันหากต้องเก็บไว้ในห้องน้ำ เป็นต้น

ขอขอบคุณข้อมูลจากLisa

ที่มา : วิชาการดอทคอม