



“放养型”口腔护理习惯隐患多多

嚼无糖口香糖可有效助力保护牙齿



“哎，不刷算了。长虫牙了？没关系，换牙就好了。”小时候碰到牙齿问题时，你有没有听过父母这么对你说？如果不小心被“戳中”，那么你可能已经拥有了一口“放养型”牙齿。

近日，中国牙病防治基金会发布了针对中国居民口腔健康知识的全国网络调查，首次将儿童口腔健康问题纳入调研范围。调查数据显示，六成家长认为在孩子开始长牙时就应该重视孩子口腔问题，家长对儿童口腔护理的意识有所提高。然而数据也发现，家长对于儿童口腔护理的具体措施认知不足，口腔护理误区频现。这种“放养型”护齿的方式引发网友调侃和热议。中华口腔医学会科普部部长荣文笙提醒：口腔健康关系着人一生的健康，成年人的口腔健康问题，跟儿童时期的口腔护理习惯密切相关。早晚刷牙，使用含氟牙膏，定期看牙医，餐后漱口或嚼无糖口香糖等都是良好的口腔护理习惯，有助于从小打好口腔健康基础。

“放养型”习惯隐患多 网友纷纷躺枪



临近爱牙日，知名网络漫画作家粥悦悦一幅爱牙漫画引爆了社交圈。漫画中将家长对孩子口腔护理方式粗放的现象调侃为“放养型”口腔护理，引发广泛共鸣。网友欢脱的兔子君说：“小时候我妈能提醒我刷牙就不错了，有时候忙起来了，我偶尔偷懒不刷她也不管。所以，我早早就是一口烂牙。”另外，也有网友表示，人生的前二十多年都是被“放养”的，直到最近去补牙才开始重视口腔健康，将来有了孩子，一定不会“放养”他的牙齿。中国牙病防治基金会最新的网络调研也显示，尽管家长对儿童口腔护理的意识有所提高，但仍然对于口腔健康作为一项重要健康指标的认识不够——在家长需重视的衡量孩子健康成长的五项指标中，口腔健康排名倒数第二，关注度偏低。

对此，中华口腔医学会科普部部长荣文笙强调：“儿童时期是打下一生健康基础的重要时期，而口腔健康更是其中重要一环。此时口腔护理的不良习惯和认知误区，不仅容易为牙齿埋

下隐患，更会影响到身体发育和全身健康。”

荣教授以常见的“六龄齿误区”为例，进一步解释：“六龄齿是人6岁左右最早萌出的4颗大牙，承担口腔60%的咀嚼工作量，并且一辈子仅此一颗，终身没有‘退换服务’。但很多家长误以为六龄齿是乳牙，即使蛀坏了也不用担心，以后还会换成新的，这些误区容易提高孩子患龋风险。”据悉，如果六龄齿过早缺失或龋坏，不仅会影响咀嚼进食，还会造成咬合关系紊乱，波及颌骨发育，进一步影响孩子的颜值，不利于身心健康成长。

早晚刷牙还不够 专家倡导四个爱牙好习惯



如果牙齿从小被“放养”大，切莫让不良的习惯再继续延续下去。中国牙防基金会调研显示，超七成家长认识到早晚刷牙的必要性，其他护理措施的重视程度则仅为一成到两成。对此，荣教授提醒，仅仅做到早晚刷牙是不够的。正确的方法是，刷牙要使用含氟牙膏注重达到清除牙菌斑的效果。同时，牙病不可逆，应该早发现早治疗，防患于未然——“小朋

友每三个月到半年要进行一次口腔检查，成年人至少每年一次，请医生帮助发现早期的口腔问题。”

保持饮食平衡也是护齿的好习惯。一日膳食中食物构成要多样化，粗粮混食、荤素混合、合理搭配，同时减少甜食和碳酸饮料的摄入量及次数，可有效护齿。然而，随着大家的膳食结构改善，一日三餐之外往往还是免不了频繁进食零食饮料。因此，吃完喝完及时进行口腔清洁就显得尤为重要。除了刷牙、漱口之外，还可以嚼无糖口香糖。这种简便易行的小“嚼”招，不但能促进唾液分泌，中和口腔酸性，帮助清洁食物残渣，也无形中增加了护齿的趣味性。

[延伸阅读] 益达口腔健康计划

“益达口腔健康计划”致力于口腔保健方面的调研，及向大众推广口腔健康教育。据了解，益达无糖口香糖的口腔护理作用一直倍受认可和推荐。嚼无糖口香糖，如箭牌公司的益达，可以刺激唾液分泌，助力保护牙齿。益达无糖口香糖不含蔗糖，咀嚼后可以增加唾液流量，减少唾液酸度，有效护齿。

从2003年至今，“益达口腔健康计划”积极开展与专业机构、教育机构等的合作，在社区、医院、学校等场所，向大家进行宣教工作，帮助大众培养包括早晚用含氟牙膏刷牙、吃完喝完嚼无糖口香糖、保持饮食平衡和定期进行口腔检查等“四个爱牙好习惯”与普及其他正确的护齿常识。至今，该项目已覆盖全国50多个城市，惠及4000多万名公众，获得口腔专家和大众的广泛好评。

■资讯

三星携手苏宁 “安心添”阵营再出新

青年报 姜卓

近日，三星生活家电携手苏宁电器，在苏宁南京总部正式发布新品“安心添”系列洗衣机；同时，邀请多位行业专家针对消费者关心的冰箱节能话题进行现场交流。

据悉，此次发布的新品包含洗烘一体机和超薄大容量洗衣机两种机型，使得三星“安心添”系列洗衣机阵营进一步扩大。作为在年初CES（国际消费电子产品展）上三星推出的全新机型，“安心添”系列洗衣机一经上市，就得到良好的市场反馈。据介绍，“安心添”洗衣机在普通滚筒洗衣机门盖上做出改变，专门设置了方便中途添衣的蝶窗，蝶窗在用户洗衣的全过程都可以开启，只需按下暂停键，打开蝶窗，再按下启动键，便能随时中途添衣，不仅告别了困扰消费者的漏洗难题，还可以通过手机APP设置洗衣阶段提醒，在洗涤或甩干阶段加入洗涤剂或额外衣物，实现智能添衣。

一直以来，中途添衣都是滚筒洗衣机的一大技术短板。北

京奥维数据的文建平介绍说：“中途添衣是消费者洗衣中经常遇到的使用场景，然而目前滚筒洗衣机的中途添衣功能只有5%-10%的消费者使用，与消费者的希望相差甚远。消费者真正需要的中途添衣功能应该是既智能又方便的人性化设计”。

除了深受消费者喜爱的中途添衣功能，“安心添”洗衣机在洗净力表现上同样出色，其搭载了三星洗衣机的技术名片——“泡泡净”技术，在正常洗涤循环的常温进水阶段，滚筒底部的泡泡发生器将水、空气和洗涤剂充分融合，迅速产生丰富泡沫，渗透衣物纤维深处。“泡泡净”技术让冷水洗衣与温水洗衣一样高效，不仅避免了温水洗涤对于衣物的损伤，还节省了大量加热冷水的电能。

三星电子大中华区CE本部总裁兼流通战略事业部总裁朴贞浚表示，一直以来，三星始终坚持技术创新，持续为消费者提供满足他们需求的创新产品。未来，三星将为满足用户对生活更干净、更新鲜、更快捷、更有品质的期望而继续努力。



戴森发布 Dyson Supersonic 吹风机

青年报 姜卓

传统吹风机往往笨重且难以操控自如，所吹送的气流温度过高也可能造成头发过热损伤，头发还有被过滤网罩吸入并卡住的风险。近日，戴森发布Dyson Supersonic吹风机。该款吹风机使用快速而集中的气流，专为手持平衡而设计，配备智能温控技术，防止过热损伤。

据悉，这款产品于4月27日在日本正式发布，其后也在全球市场陆续上市。中国市场于8月开始发售。

