

Λιγότερα παγωτά για γερά δόντια

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



*Προσοχή στη διατροφή και καθαρισμό των δοντιών τρεις φορές την ημέρα συστήνουν οι οδοντίατροι
(φωτ. www.parentguide.ca)*

Με μέτρο να καταναλώνουν τα παιδιά παγωτά, γλυκά και αναψυκτικά συνηγορούν οι οδοντίατροι εν όψει καλοκαιριού, προς αποφυγήν δυσάρεστων επιπτώσεων στην υγεία των δοντιών τους.

«Η υγεία των δοντιών μας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την καθημερινή στοματική υγιεινή και από την διατροφή μας» τονίζει ο Επ. Καθηγητής της Οδοντιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών, και επιστημονικός υπεύθυνος της Eurodentica, Νικόλαος Κουβελάς. «Τους καλοκαιρινούς μήνες», προσθέτει ο κ Κουβελάς, «όλοι υποκύπτουμε στις δροσερές απολαύσεις , περισσότερο δε τα παιδιά που στις περισσότερες των περιπτώσεων κάνουν υπερκατανάλωση παγωτών και αναψυκτικών με βλαβερές συνέπειες για τα δόντια τους, αφού αμελούν το βούρτσισμα». [Περισσότερα](#)