

10 Σεπτεμβρίου 2016

## Πόσο καθαρή είναι η οδοντόβουρτσα σας!

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Το ξέρατε ότι μία μελέτη έδειξε πως μία χρησιμοποιημένη οδοντόβουρτσα περιέχει

10 εκατ. μικρόβια, μεταξύ τους και του πολύ επικίνδυνου E. coli; Έτσι ένα απλό ξέπλυμα με νερό της βρύσης, όπως κάνουμε συνήθως, σίγουρα δεν είναι αρκετό για να απαλλάξει την πολύτιμη οδοντόβουρτσά μας απο τα βλαβερά μικρόβια.

Το καλύτερο που έχετε να κάνετε είναι μία με δύο φορές την εβδομάδα, να βάζετε την οδοντόβουρτσά σας στον φούρνο μικροκυμάτων για 10 δευτερόλεπτα. Το μόνο σίγουρο είναι ότι δεν θα μείνει μικρόβιο για μικρόβιο...

Μεγάλη προσοχή να μην είναι ηλεκτρική η οδοντόβουρτσα ή με μπαταρίες, γιατί υπάρχει κίνδυνος να πιάσει φωτιά και να λιώσει.

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)